



**Diak**

**Anne Väliniemi**  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaaliala  
Sosionomi-Diakoni  
Opinnäytetyö, 2019

## **TIE LAPSEN MIELEEN**

**Suomen Mielensterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen syventävän koulutuksen vaikutusten tutkimus**

---

## TIIVISTELMÄ

Anne Väliniemi

Tie lapsen mieleen – Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen syventävän koulutuksen vaikutusten tutkimus

Sivut 43 s, 3 liitettä.

Kevät 2019.

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali-alan koulutusohjelma

Sosionomi-Diakoni

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen syventävän koulutuksen vaikutuksia suhteessa varhaiskasvatuksen ammattilaisten ammattitaitoon ja asenteisiin varhaiskasvatuksen kontekstissa. Suomen Mielenterveysseuran tavoite on kouluttaa varhaiskasvatuksen ammattilaisille tapoja, joiden avulla mielenterveyttä voidaan edistää varhaiskasvatuksen arjessa ja juurruttaa mielenterveyden edistämisen taitoja varhaiskasvatuksen arkeen. Diakoninen näkökulma toteutettiin teettämällä kolmelle seurakunnan varhaiskasvattajalle ja yhdelle kirkkohallituksen varhaiskasvatuksen asiantuntijalle kysely. Tavoitteena oli selvittää miten mielenterveyden edistäminen näyttäytyy kirkon tämän hetken varhaiskasvatuksessa ja tulisiko kirkon ottaa mielenterveyden edistäminen varhaiskasvatuksessa omaksi painotusalueekseen?

Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen valmis kaksiosainen Webropol-palauteaineisto koostui kvantitatiivisesta ja kvalitatiivisesta aineistosta, joka analysoitiin aineistoanalyysin perusmenetelmillä, koodauksella ja kategorisoinnilla. Kirkon varhaiskasvatuksen ammattilaiset ja asiantuntija vastasivat puolistrukturoituun kyselyyn sähköisellä word-kaavakkeella, jonka vastaukset analysoitiin koodauksen ja kategorisoinnin avulla.

Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen kaksiosaisen Webropol-aineiston tutkimus osoittaa, että varhaiskasvatuksen ammattilaiset olivat tyytyväisiä kouluttajiin, koulutuksen sisältöön ja materiaaleihin. Koulutukseen osallistuneet varhaiskasvatuksen ammattilaiset kokivat mielenterveyden edistämisen tärkeäksi varhaiskasvatuksen kontekstissa. Mielenterveyden edistämisen tiedot ja taidot lisääntyivät ja mielenterveyden edistämisen menetelmiä juurrutettiin varhaiskasvatuksen arkeen.

Seurakunnan tutkimuksen tulokset osoittivat, että mielenterveyden edistäminen kirkon varhaiskasvatuksen kontekstissa tunnistettiin paremmin johtajan ja asiantuntijan toimesta, kun taas varhaiskasvattajat eivät niinkään. Mielenterveyden edistäminen koettiin yleisesti tärkeäksi aihealueeksi. Mielenterveyden edistäminen koettiin sopivan osaksi kirkon toteuttamaa kristillistä varhaiskasvatusta ja se tulisi vastaajien mielestä ottaa näkyvämmäksi painotusalueeksi tulevaisuudessa kirkon varhaiskasvatuksen kontekstissa.

Asiasanat: varhaiskasvatus, mielenterveyden edistäminen varhaiskasvatuksessa, leikki-ikäisen tunnetaitojen kehitys, Lapsen mieli -koulutus

## ABSTRACT

Anne Väliniemi

The project Lapsen mieli. A study about the impact of advanced education provided by the Finnish Association for Mental Health

43 p., 3 appendices

Diaconia University of Applied Sciences

Option in Diaconal Work.

Bachelor's Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Services

The purpose of this thesis was to find out the impact of the project Lapsen mieli advanced studies on the expertise and attitudes of the professionals of early education in the context of early childhood education. The aim of Finnish Association for Mental Health is to teach early education professionals to recognize methods that support mental health and ingrain these skills to the everyday life of early childhood education. The research was conducted as a customized work and was based on feedback material from the two-part Lapsen Mieli -project advanced studies.

The diaconal view was covered by conducting a survey to three early childhood educators from parish and one early childhood education expert from the church council. The objective was to find out two points of view: how the promotion of mental health appears in the early childhood education of the church now and should the church make this promotion be its own emphasis area in early childhood education in the future?

The two-part Webropol survey material comprised quantitative and qualitative data which were analyzed then with basic material analysis methods, coding and categorizing. The early childhood educators of the church answered the semi constructed survey with a Word form and the answers were analyzed by coding and categorizing.

As a result of the research showed that the professionals of early childhood education were satisfied with the teachers, material and the content of the education. The early childhood education professionals who took part in the survey considered the promotion of mental health important. The skills and knowledge of the early childhood educators increased and methods of promoting mental health were able to ingrain to the everyday life of early childhood education.

In conclusion, the parish study results showed that promotion of mental health does not appear as its own emphasis area in the church early childhood education. The promotion of mental health was considered as an important area in general. The promotion of mental health was considered be a suitable part of the church Christian early childhood education and according to the respondents it should have more visible emphasis area in the future in the context of church early childhood education.

Keywords: early childhood education, the promotion of mental health in the early childhood education, emotional skills development of toddlers, Lapsen Mieli -project

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	4
2 LAPSEN MIELI -HANKE .....	5
3 MIELENTERVEYS KÄSITTEENÄ .....	7
4 MIELENTERVEYS VARHAISKASVATUKSEN KONTEKSTISSA .....	10
4.1 Leikki-ikäisen lapsen tunteidensäätely .....	11
4.2 Varhaiskasvatusta ohjaa varhaiskasvatussuunnitelma .....	12
5 TUTKIMUSPROSESSIN KUVAUS .....	15
5.1 Seurakunnan tutkimusprosessin kuvaus .....	16
6 TUTKIMUSMENETELMÄT .....	18
7 KOULUTUSPALAUTTEIDEN TUTKIMUS JA TULOKSET .....	20
7.1 Syventävän koulutuksen seurantakyselyn (LIITE 1) tulokset .....	20
7.2 Syventävän koulutuksen työssäoppimisjakson (LIITE 2) tulokset .....	23
7.3 Seurakunnan kyselytutkimuksen (LIITE 3) tulokset .....	29
7.4 Suomen Mielenterveysseuran tutkimustulosten tiivistelmä .....	33
7.5 Seurakunnan tutkimustulosten tiivistelmä .....	35
8 JOHTOPÄÄTÖKSET, POHDINTA JA ARVIOINTI .....	36
8.1 Seurakunnan tulosten johtopäätökset, pohdinta ja arviointi .....	37
8.2 Henkilökohtainen ammatillinen kehitys .....	38
9 KEHITYSEHDOTUKSET .....	40
9.1 Seurakunnan kyselyaineistosta nousevat kehitysehdotukset .....	41

## 1 JOHDANTO

Suomi äänestettiin maailman onnellisemmaksi valtioksi vuonna 2018 (The World Happiness Report, 20-21), samaan aikaan noin tuhat ihmistä tekee itsemurhan vuodessa, useiden tuhansien sitä yrittäessä. Työikäisen väestön fyysinen kunto on parantunut, mutta samaan aikaan mielenterveydenongelmien kasvu vaikuttaa yhä useamman työkykyyn. Suomessa käytetään työelämän ulkopuolelle jääneiden hoitoon arviolta noin viisi miljardia euroa vuodessa. Miltei puolet työkyvyttömyyseläkkeistä johdetaan mielialanhäiriöstä masennuksesta. Terveyspolitiikan tulisi huomioida nykyistä paremmin ihminen kokonaisuutena ja keskittyä fyysisen hyvinvoinnin tukemisen ohella mielenterveyden edistämiseen ja ennaltaehkäisevään hoitoon. Mielenterveyden edistämistyöhön annettu rahoitus maksaa itsensä takaisin moninkertaisena. (Suomen Mielenterveysseura. Mielen hyvinvoinnin tavoiteohjelma.) Tutkimusten mukaan (McDaid 2011) voimavaralähtöinen työote on taloudellisestikin tehokasta. Lasten ja nuorten mielenterveyttä edistävään työhön suunnatut varat palautuvat yhdestä viiteen vuoteen mennessä noin viisinkertaisena takaisin verratessa sitä sijoitettuun pääomaan. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 14.)

Leikki-ikäisen keskeisempiä kehitystehtäviä ovat tunteiden säätelykyvyn kehitys. Kehityskulku vaikuttaa lapsen kykyyn solmia positiivisia sosiaalisia suhteita. Suppea tunteiden säätelykyky johtaa mieliala- ja käytösongelmiin peruskouluiässä ja tulevaisuudessa. Lapset oppivat tunteiden säätelyä aikuisilta havainnoimalla ja aikuiset voivat niitä opettaa, esimerkiksi nimeämällä tunteita lapsille. Hyväksytyksi tuleminen varhaislapsuuden vertaisryhmässä voi tutkimusten mukaan ennaltaehkäistä erityisen tuen perheessä varttuneita lapsia käytöshäiriöiltä tulevaisuudessa. (Laajasalo & Pirkola 2012, 28.)

Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen tehtävänä on kouluttaa varhaiskasvatuksen ammattilaisia ja neuvolatyöntekijöitä tukemaan lapsen mielenterveyttä varhaiskasvatuksessa (Suomen Mielenterveysseura. Lapsen mieli - Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan). Tämän opinnäytetyön tavoite on tuottaa Lapsen mieli -hankkeen syventävästä koulutuksesta kerätystä valmiista kaksiosaisesta koulutuspalautteesta analyysi Suomen Mielenterveysseuralle. Analyysissä pyritään

selvittämään syventävän koulutuksen vaikutuksia suhteessa varhaiskasvattajiin. Diafoninen näkökulma toteutetaan tuottamalla kysely Lapsen mieli -koulutukseen osallistuneille seurakunnan varhaiskasvatuksen kahdelle työntekijälle, johtajalle ja asiantuntijalle.

## 2 LAPSEN MIELI -HANKE

Lapsen mieli -hankkeen rahoittajana toimii opetushallitus, joka jalkauttaa jo päättyneen Turvallisin mielin -hankkeen tuloksia. Lapsen mieli -hanke sisältää kaksi koulutusta, peruskoulutuksen (4h) ja syventävän koulutuksen (7h). Hankkeen materiaaleihin kuuluvat käsikirja (Marjamäki ym. 2015), paperiaineistoja sekä laaja verkkoaineisto, joka on saatavilla Suomen Mielenterveysseuran verkkosivuilta (Suomen Mielenterveysseura. Materiaalit. Pelit ja tehtävät).

Lapsen mieli -hankkeen keskeisenä aineistona toimii Lapsen mieli – mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan – käsikirja (Marjamäki ym. 2015), joka on kirjoitettu lapsien kanssa työskenteleville aikuisille sekä huoltajille. Käsikirjassa käsitellään mielenterveyden osa-alueita teemojen avulla: kohtaaminen, läsnäolo ja rakkaus, kehittyvä lapsi, turvalliset aikuiset, tunteista voimaa, yhdessäolon riemua, arjen rytmi, itsetunto, kriisit ja selviytyminen sekä lepo. Lukukappaleissa esitellään teemaan sopiva harjoitus, jossa apuvälineenä käytetään musiikkia, leikkiä, liikuntaa ja taidetta. Käsikirja ja oheismateriaalit ovat kehitetty ensisijaisesti alle kouluikäisen lapsen tarpeisiin, mutta niitä voidaan käyttää myös esi- ja alkuopetuksen materiaalina. Kirjan tarkoitus on saada aikuiset tiedostamaan mielenterveyden edistämisen edut, ennaltaehkäisevä vaikutus ja mielenterveyden osuus kokonaishyvintöimme. (Marjamäki ym. 2015, 7.)

Hankkeen lisämateriaalit:

- Hyvinvoinnin hyrrä -juliste
- Mielen terveyden käsi -juliste
- Tunteiden maailmanpyörä -juliste
- Yhdessäoloa -juliste
- Mielen terveyden vuosiympyrä -juliste
- Turvalliset aikuiset -juliste
- Selviytyjän purjeet -juliste
- Vennyn ja Eeron ihania kuvia -taidekuvakortit
- Turvallisin mielin vanhemmaksi -kuvakortit
- Eläinlasten elämää –pöytäteatteriaineisto

(Marjamäki ym. 2015, 7.) Suomen Mielen terveysseuran verkkosivuilla on lisäksi materiaaleja mielen terveyden edistämiseen varhaiskasvatuksen kontekstissa. Taran tarina -animaatiota voidaan käyttää lapsen mielen ja kehon vahvistamiseen. Kaveritaitokorttien avulla harjoitellaan sosiaalisia taitoja. Hetki hyvälle mielelle -kortit ovat kehitetty mielen terveyden voimavaranäkökulman vahvistamiseen työyhteisössä. (Suomen Mielen terveysseura. Materiaalit. Pelit ja tehtävät.)

### 3 MIELENTERVEYS KÄSITTEENÄ

Mielenterveyden määrittelemiseen vaikuttavat monet tekijät, kuten perimä, varhainen vuorovaikutus, elämän kokemukset, ihmissuhteet, sosiaaliset verkostot ja elämän kuormittavuus. Mielenterveys ei ole staattista, vaan se vaihtelee, kuten ihmisen terveys ja fyysinen kunto. Mielenterveyttä ei voida myöskään mitata, kuten kuumetta. Käsite on suhteellinen ja normatiivinen, eli siihen vaikuttavat kyseessä oleva yhteiskunta, normit ja lait. Mielenterveyteen tai mielensairauteen otetaan kantaa vahvimmin lailla. (Toivio & Nordling 2011, 84-85.) Mielenterveyspalveluista säädetään terveydenhuoltolaissa (L 1326/2010) ja mielenterveyslaissa (L 1116/1990). Ihmisen sisäisessä mielen toiminnassa työskentelee muisti, ajattelu ja tunnemaailma. Ulkoisesti nämä sisäiset mekanismit näkyvät ihmisen käytöksensä. Ihmismieltä kutsutaan psyykeksi. (Toivio & Nordling 2011, 15.)

WHO (World Health Organization) määrittelee mielenterveyden olevan ”hyvinvoinnin tila, jossa ihminen ymmärtää omat kykynsä, selviää elämän normaaleista vaikeuksista, pystyy tekemään työtä tuotteliaasti ja kykenee toimimaan yhteisönsä hyväksi” (World Health Organization 2004, 12). Psykoanalyysin kehittäjä Sigmund Freudin klassista määritelmää ”mielenterveys on kyky rakastaa ja tehdä työtä” käytetään myös useassa lähteessä (Mälkiä, Puolanne & Palosuo 1991, 192). Suuressa suomen kielen sanakirjassa (Nurmi 2004, 578) mielenterveys määritellään ”psyykkiseksi hyvinvoinniksi ja riittäväksi sopeutumiseksi sosiaaliseen ja muuhun ympäristöön”. Määritelmässä painotetaan ihmisen sosiaalisuutta ja toimintakykyä. Sohlman esittelee väitöskirjassaan (2004, 19) F. Hillin (1995) ajatuksen mielenterveydestä, joka eroaa muista määritelmistä: ”jokainen tietää mitä se ei ole, mutta kukaan ei ole täysin varma siitä, mitä se on”. Hillin määritelmään sisältyy arvoituksellisuus, joka liittyy vahvasti myös mielen ymmärtämisen vaikeuteen. Pimennossa olevaa psyykettä on vaikea tutkia ja tuoda täysin näkyväksi. Näin ollen sille on myös hankaa antaa yksiselitteistä määritelmää. Positiivisissa mielenterveyden määritelmässä korostetaan yksilön psyykkisiä voimavaroja, oman elämän vaikuttamismahdollisuuksia, toivekuutta ja elämänhallinnan tunnetta, tyydyttävien sosiaalisten suhteiden olemassaoloa sekä myönteistä käsitystä itsestä ja omista kehittymismahdollisuuksista. Positiivisen mielenterveyden ulottuuksia ovat emotionaalinen (tunteet), psykologinen (positiivinen toiminta), sosiaalinen (suhteet muihin ihmisiin), fyysinen (kunto ja terveys) ja hengellinen (elämän

merkitys) hyvinvointi. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Aiheet. Mielensterveys. Mielensterveyden edistäminen. Positiivinen mielensterveys.)

Mielensterveyttä voidaan tarkastella kolmen mallin avulla. Yksinapaisella mallilla on tarkoitettu mielen sairauksia (mielisairas). Kaksinapaisessa mallissa mielensterveys ja mielen sairauden nähtiin saman jatkumon vastakkaisissa päissä, jolloin ihmisellä oli enemmän mielensterveyttä tai mielisairautta. (Marjamäki ym. 2015, 13.) Uudessa näkökulmassa mielensterveys ja mielen sairaudet kuvataan omina toisistaan riippumattomina ulottuvuuksinaan. Ihmisen elämässä voi siis esiintyä samalla hetkellä mielisairautta ja toisaalta myös mielensterveyttä. Mielen sairaudesta huolimatta ihmisellä voi olla hallussaan mielensterveyttä ja mielensterveystaitoja. Vastaavasti myös mielensterveys voi olla alhainen ilman mielisairauden diagnoosia. (Marjamäki ym. 2015, 13.)

Mielensterveys on hyvinvoinnin perusta. Mielensterveystaitoja voidaan vahvistaa kaikissa elämäntaiheissa. Mielensterveys on hyvää oloa, iloa, itsetuntemusta, itseluottamusta ja oman elämän hallinnan tunnetta. Hyvillä mielensterveystaidoilla hankitaan ja pidetään yllä myös ihmissuhteita. Vahvistamalla ja lisäämällä mielensterveyden voimavaroja voidaan hallita ajoittaista ahdistusta, masennusta ja epäonnistumisia. Vaikeilla hetkillä on tärkeää osata tiedostaa ratkaisukeskeisiä toimintatapoja, joilla hankalista ja kipeistä asioista on mahdollista selvitä. Menetelmiä ovat esimerkiksi puhuminen, avun hankkiminen, turvaverkoista huolehtiminen ja omien selviytymiskeinojen selvittäminen ja niihin tarvittaessa tukeutuminen. Ihmisen on tärkeää ylläpitää mielensterveystaitoja ja opetella niitä lisää, toisaalta osata luopua vanhoista ja toimimattomista toimintamalleista. Mielensterveys nähdään myös elämäntaidollisena käsitteenä ja siinä painotetaan voimavaranäkökulmaa. (Marjamäki ym. 2015, 12-13.) Tutkimusten mukaan positiivisilla mielensterveystaidoilla on mahdollista saavuttaa esimerkiksi parempi terveys, elämäntaiatu ja koulumenestys (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Aiheet. Mielensterveys. Mielensterveyden edistäminen. Positiivinen mielensterveys).

Ihminen on biopsykososiaalinen kokonaisuus, jonka psyykkinen kasvu ja kehitys riippuu biologiasta, psykologiasta ja sosiaalisista tekijöistä. Psyykkisten häiriöiden ja sairauksien syntyyn vaikuttavat näihin kolmeen pääryhmään kuuluvat tekijät. Samoin sairauksien ehkäisemisessä ja hoidossa sekä biologisilla, psyykkisillä että sosiaalisilla tekijöillä on oma tärkeä merkityksensä. Ihmisen terveydentilan ja elämäntilanteen ymmärtämiselle luovat pohjan hänen biologiset, fyysiset ja psyykkiset tekijät yhdessä

ympäristön sosiaalisten ja fysikaalisten olosuhteiden kanssa. (Moilanen, ym. 2004, 17.) Biopsykososiaalisessa kokonaisuudessa ihmisen sisäinen maailma on riippuvainen biologisesta perustasta, kuten perimästä, mutta siihen vaikuttavat samalla yksilön koko siihen asti eletty elämä, kulttuuri ja yhteiskunta (Toivio & Nordling 2011, 15).

Kristillisessä ihmiskäsityksessä jokainen ihminen on yhtä arvokas. Käsityksen ohje-  
nuorana voidaan pitää ajatusta siitä, että jokaista apua tarvitsevaa on autettava. Kristillisen ihmiskäsityksen mukaan jokainen ihminen ja luomakunta ovat Jumalan luomia ja täten pyhiä. Ihminen on sielun, hengen ja ruumiin erottamaton kokonaisuus, jonka vuoksi kaikki elämän alueet ovat yhtä arvokkaita. Jumala on luonut ihmisen omaksi kuvakseen ja hänet on siten kutsuttu Jumalan yhteyteen. (Gothóni, Helosvuori, Kuusimäki & Puuska 2012, 81.)

#### 4 MIELENTERVEYS VARHAISKASVATUKSEN KONTEKSTISSA

Mielenterveyden edistäminen on toimintaa, jonka avulla mielenterveys vahvistuu. Toisaalta toiminnassa myös vähennetään niitä seikkoja, joilla mielenterveyden edistäminen vaarantuu. Mielenterveyden edistämällä, eli promootiolla tarkoitetaan toimintaa, jolla vahvistetaan kaikkien ihmisten mielenterveyttä hoitavalla työotteella. Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan tahtotilaa, jossa erilaiset verkostot luottavat toisiinsa, työskentelevät saman päämäärän eteen tavoitteellisesti. Tällaisella toiminnalla on tutkimusten mukaan positiivista vaikutusta mielenterveyteen ja yhteisvastuuseen, toisaalta sen nähdään myös vähentävän rikollisuutta. (Toivio & Nordling 2011, 308-309.)

Mielenterveyttä edistetään varhaiskasvatuksessa tukemalla lapsuuden positiivista sosialisatioprosessia, kehitetään toimivia yhteisöjä sekä tuetaan perheitä (Friis, Eirola & Mannonen 2004, 34). Lasten mielenterveyttä edistetään siis parhaiten varhaiskasvatuksen kontekstissa aktiivisilla toimilla ja yhteistyössä muiden sidosryhmien kanssa. Työn kohteena ovat lapset, huoltajat ja varhaiskasvatuksen henkilöstö. Moniammatillisessa työskentelyssä mukaan pyydetään alueella toimivat varhaiskasvatuksen yhteistyötahot, kuten esimerkiksi: neuvola, terveyskeskus, hammashoitola, perheneuvola, kotipalvelu, lastensuojelu, muut alueen varhaiskasvatussyksiköt, varhaiskasvatussyksikön johtokunta, seurakunnan kasvatustoimi, perhepäivähoitajat, päiväkodin vanhempainyhdistys, alueella sijaitsevat peruskoulut, nuorisotilat ja harrastepaikat, kuten uimahalli, kirjasto, urheiluseurat sekä urheiluhallit.

Tärkeä osa lapsen elämää ovat siis hänen perheensä, koulu- ja päiväkotiympäristö, leikkiverit ja muu lähiyhteisö. Mielenterveys on erottamaton osa tervettä kehitystä. Pohja tulevaisuudelle luodaan jo lapsuudessa. On merkityksellistä, miten yhteiskunnassa hoidetaan ja tuetaan lapsia, nuoria ja lapsiperheitä. Panostaminen lasten ja nuorten mielenterveyteen on tulevaisuuteen panostamista. (Friis, Eirola & Mannonen 2004, 34.) Etenkin erityistä tukea tarvitsevien perheiden vanhemmuuden tukeminen on tärkeää. Erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille varhaiskasvatuksen merkitys on suuri. Sillä voidaan vaikuttaa ylisukupolvisten toimintamallien kumoamiseen. Perheiden tukeminen ja erilaiset perheinterventiot, eli lapsen kotiin ohjautuvat työtavat ovat koettu hyviksi menetelmiksi vastata erityisen tuen tarpeita vaativien perheiden tarpeisiin. Varhaisen puuttumisen mallilla (Varpu) nähdään olevan myös iso vaikutus siihen,

miten nopeasti perheille tarjotaan apua erilaisissa haasteissa. Lähtökohtana on, että raskausaika ja 1-3 -ensimmäistä elinvuotta ovat erityisen tärkeitä lapsen hyvinvoinnin kannalta. (Toivio & Nordling 2011, 311-314.)

#### 4.1 Leikki-ikäisen lapsen tunteidensäätely

Lapsuudessa mielen normaali kehitys tapahtuu omalla aikataulullaan, mutta siihen osallistuvat lapsen sosiaalinen ympäristö omalla ainutlaatuisella tavallaan. Mielen kehityskulut tapahtuvat irrallaan toisistaan, kuitenkin vahvasti kytkettyinä toisiinsa ja siten mahdollistaen toisiaan. (Brummer & Enckell 2005, 29.) Vauvan ja varhaiskasvatuskäisen lapsen keskeisiä kehitystehtäviä ovat kiintymyssuhde hoitajaan, maailman tutkiminen, kielen kehitys, yksilön eriytyminen ympäristöstä, mielenteoria (theory of mind), itsehillintä, tottelevaisuus ja yhteistyökyky. Lapsen kehitykseen liittyy myös vanhemman toiminta suhteessa lapseen. Huoltajan tulisi olla kykeneväinen olemaan herkkänä lapsen tarpeille ja olla saatavissa lapselle, esimerkiksi turvallisen sylin tarjoajana. Muita vanhemmuuden tarpeita joita 0-6 -vuotias lapsi tarvitsee aikuiselta ovat kuuntelun ja keskustelun taito, johdonmukainen kasvatus, kehittävä leikki, kielellinen kommunikointi, roolileikkeihin ohjaaminen, lapsen kannustaminen ja palkitseminen, lapsen kunnioittaminen sekä selkeiden rajojen asettaminen, kaverisuhteiden järjestäminen sekä niiden tukeminen. (Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 53.) Kasvattajalta vaaditaan siis monenlaisien resurssien yhtäaikaista panostamista, kuten tietoa, taitoa ja aikaa.

Eriksonin elämänkaariteoriassa vauvaikä nähdään tärkeänä elämänvaiheena. Tällöin kehittyy yksilön perusluottamus ja toisaalta epäluottamus. Se miten vauvan tarpeisiin vastataan vaikuttaa siihen, mikä perusvoimaksi jää: toivo vai itseensä käpertyminen. Varhaislapsuuden onnistunut kehitys johtaa itsenäisyyteen ja sitä seuraavaan tahdon elämykseen. Epäonnistuuessaan kehitysvaihe tuottaa lapselle perusvoimaksi häpeän ja epäilyn tunteen. Varhaislapsuudessa rohkaiseva ja kannustava ilmapiiri auttaa lasta selviytymään huonommuuden tunteistaan. Tässä ikävaiheessa lapsella kehittyy yksilöitymisprosessi ja autonomian tunne, jonka aikana lapselta odotetaan uudella tavalla pidättäytymistä ja ruumiintoimintojen hallintaa. Tässä ikävaiheessa on tärkeää, että lapselta ei odoteta liian suuria, ettei ikävaiheen kehityksestä tule negatiivista ja toiminnasta muodostu pakonomaista ja rangaistusta pelkäävää. Elämänkaariteorian mukaan

leikki-ikä onnistunut kehitys tuottaa aloitteellisen ja määrätietoisin yksilön, kun epäonnistunut kehityskulku syyllistyvän ja estoisen yksilön. Leikki-ikässä kehittyy myös yliminä ja sukupuoli-identiteetti. Leikki-ikässä leikin kautta tapahtuu oppimista, kuten esimerkiksi suunnitelmien toteuttamista. Aloitteellinen lapsi tulisi ottaa mukaan toimintaan ja tätä kautta lapselle tulee tunne omasta toiminnasta ja sen tuomasta merkityksellisyydestä sekä tarkoituksesta. Jos lapselle tässä leikintäyttämässä ikävaiheessa tarjotaan paljon kielteistä ja torjuvaa palautetta, lapsen kehitysprosessi saattaa epäonnistua ja saada aikaan epätoivottuja kehityskulkuja. (Toivio & Nordling 2011, 49-50.)

Ihmisen mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat yksilön omanarvontunne, hallinnantunne, myönteinen elämänsäsenne, vuorovaikutustaidot, tunnetaidot, fyysinen terveys ja hyvä kunto. Ulkoisia suojaavia tekijöitä ovat rakkaus, empatia, yhteisön tuki, turvallinen elinympäristö, luotettavat ihmissuhteet, riittävä toimeentulo, koulutus- ja työmahdollisuudet, hyväksyvät asenteet ja suotuisat arvot. (Toivio & Nordling 2011, 308-309.) Mielenterveyden suojaajatekijät ovat mielenterveyttä vahvistavia ja ylläpitäviä mekanismeja ja ne tuovat turvaa kriisitilanteissa. Lapselle tärkeitä mielenterveyden suojaajatekijöitä ovat turvallinen ja lämmin perhe-elämä, hyvä kiintymyssuhde ja tunne hyväksytyksi tulemisesta omana itsenään. Vahvistamalla suojaavia tekijöitä voidaan vähentää riskitekijöiden vaikutuksia. Suojaavat tekijät vahvistavat toimintakykyä ja ylläpitävät terveyttä, auttavat selviytymään kriiseissä ja vastoinkäymisissä sekä vahvistavat tunnetta oman elämän hallinnasta. (Marjamäki ym. 2015, 13.) ”Terve lapsi leikkii” -kuuluu vanha sanonta, joka on harvinaisen oikeassa nykytiedonkin valossa. Leikkissä lapsien aivoissa lisääntyvät mielihyvän välittäjäaineet eli endorfiinit, joka edesauttavat lasta tuntemaan itsensä hyväksi ja iloiseksi. Leikki on oivallinen alakulon ja masennuksen vastalääke. (Sajaniemi & Mäkelä 2014, 140-141.) Leikki toimii siis lapsen luonnollisena sisäisenä mielenterveyden suojaajatekijänä.

#### 4.2 Varhaiskasvatusta ohjaa varhaiskasvatussuunnitelma

Varhaiskasvatusta toteutetaan varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirjan (Vasu 2016) mukaisesti julkisella- ja yksityisellä sektorilla sekä seurakunnissa. Varhaiskasvatus on yhteiskunnallinen palvelu, jonka tarkoituksena on edistää lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja oppimista yhteistyössä huoltajien kanssa. Se edistää lasten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä ehkäisee syrjäytymistä. Lasten

osallisuutta ja aktiivista toimijuutta yhteiskunnassa vahvistaa varhaiskasvatuksessa opitut tiedot ja taidot. Varhaiskasvatus myös mahdollistaa vanhempien osallistumisen työelämään sekä opiskeluun ja tukee huoltajia kasvatustyössä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 14.) Varhaiskasvatussuunnitelmassa käsitellään asioita, jotka tukevat lasten mielenterveyttä, esimerkiksi: vuorovaikutustaitojen opettelu, tunteiden tunnistaminen, itsesäätelytaitojen harjoittelu, ryhmässä toimiminen, osallisuus ja arjen taidot. (Suomen Mielenterveysseura. Ajassa. Uusi varhaiskasvatussuunnitelma vahvistaa mielenterveyttä.)

Seurakunnassa tehtävän varhaiskasvatustyön taustalla on kristillisen ihmiskäsitys, jonka mukaan ihminen on psykofyysissosiaalinen kokonaisuus. Ihminen kokonaisuudessaan kaikkine ulottuvuuksineen on Jumalan luoma ja siksi myös kirkon kasvatuksessa otetaan huomioon koko ihminen. Kasvatus kirkossa on kasvun mahdollistamista ja tukemista antaen samalla rauhan kasvaa ja kehittyä omaan tahtiin. Jokainen ihminen ja elämä ovat arvokkaita ja ainutlaatuisia sellaisenaan. Jumala on luonut jokaisen ihmisen omaksi kuvakseen. Ihmisenä kasvu tapahtuu siis saatujen lahjojen pohjalta. Kasvurauha koskee niin fyysistä, henkistä kuin hengellistäkin kasvua, eli kasvua ei tule kiirehtiä millään osa-alueella. Kasvun edellytys on turvallinen ilmapiiri ja lapsella on oikeus tuntea itsensä rakastetuksi ja hyväksytyksi. Kokemus siitä, että kelpaa sekä ihmisille että Jumalalle, vahvistaa lapsen hyvinvointia. (Ojell 2013, 18.)

Kirkolla ei ole omaa varhaiskasvatussuunnitelmaa. Kirkon varhaiskasvatus toimii valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirjan (Vasu 2016) linjauksen mukaan. (Sakasti. Seurakuntatyö. Kasvatus. Varhaiskasvatus. Yhteydet yhteiskunnan varhaiskasvatukseen. Vasu2017.) Vasu kirkossa -työkalupakki on sähköinen apuväline, joka on laadittu tukemaan varhaiskasvatussuunnitelman soveltamista seurakunnan varhaiskasvatustyössä sekä antamaan välineitä työn kehittämiseen. Vasu kirkossa -työkalupakin sisältöjä ovat lapsi ja lapsikäisyys, laaja-alainen osaaminen ja ilmiölähtöisyys, oppimiskäsitys, toimintakulttuuri, osallisuus, leikki, havainnointi, sekä arviointi ja kehittäminen. (Sakasti. Seurakuntatyö. Kasvatus. Varhaiskasvatus. Yhteydet yhteiskunnan varhaiskasvatukseen. Vasu2017.) Lapset seurakuntalaisina -kehittämisasiakirja on luotu tuomaan näkyväksi tämän hetken painotuksia ja näkökulmia, jotka liittyvät erityisesti kirkon tuottamaan varhaiskasvatukseen. Asiakirjan mukaan kirkon varhaiskasvatusta keskeisesti ohjaavat strategiat ovat: raamatulliset lähtökohdat, Suomen evankelisluterilaisen kirkon strategia 2015 ja Meidän kirkko – kasvamme

yhdessä -julkaisu. (Sakasti. Seurakuntatyö. Kasvatus. Varhaiskasvatus. Lapset seurakuntalaisina -kehittämisasiakirja.)

YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista (L 60/1991) on tehty määrittelemään, mihin lasten eli alle 18-vuotiaiden henkilöiden hyvinvointi perustuu. Sopimus on tehty turvaamaan lasten erityisiä tarpeita ja etua. Lapsi on aina aikuiseen nähden heikommassa asemassa. Sopimus velvoittaa niin lainsäätäjiä kuin vanhempiakin sitoutumaan turvaamaan lapsille heille kuuluvat perusoikeudet: terveyden, koulutuksen, tasa-arvon ja turvan. Kirkossa sopimuksen sisältö viedään käytäntöön LAVA:n eli lapsivaikutusten arvioinnin avulla. LAVA:n tarve perustuu lasten oikeuksien sopimuksen lisäksi Suomen lainsäädäntöön sekä kirkon teologisiin lähtökohtiin ja strategisiin asiakirjoihin. LAVA:n avulla otetaan huomioon kirkon päätöksissä niin lapset, kuin heidän perheensäkin. (Sakasti. Uudistukset ja hankkeet. Lapsivaikutusten arviointi LAVA.)

Kirkko toteuttaa Opetushallituksen ohjeisiin perustuvaa yhteistyötä varhaiskasvatuksen ja oppilaitosten kumppanina. Toimintaan kuuluvat yleissivistävä opetus, uskonnolliset tilaisuudet, perinteiset juhlat sekä kasvun ja hyvinvoinnin tuki. Tällä hetkellä ennaltaehkäisevää yhteistyötoimintaa ei käytetä laajasti, mutta tulevan lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelman (LAPE) myötä tällaisen yhteistyön suunnitellaan lisääntyvän. Esimerkkeinä toiminnasta ovat kerhotoiminta ja kriisiyhteistyö, jotka tukevat osaltaan lasten mielenterveyttä ja palvelevat perhettä kokonaisvaltaisesti. (Sakasti. Seurakuntatyö. Kasvatus. Varhaiskasvatus. Yhteydet yhteiskunnan varhaiskasvatukseen. Kumppanuuden korit ja Vasu2017.)

## 5 TUTKIMUSPROSESSIN KUVAUS

Tutkimusympäristönä toimi Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hanke ja sen koulutuskokonaisuus, johon sisältyy peruskoulutus ja syventävä koulutus. Suomen Mielenterveysseura tilasi tutkimuksen valmiista aineistokokonaisuudesta. Tutkimuksen analysointi kohdistettiin syventävän koulutuksen valmiiseen kaksiosaiseen Webropol-aineistoon. Aineistoa kutsutaan seurantakyselyksi, koska siihen kuuluu kaksi osaa, ensimmäinen aineisto kerättiin heti koulutuksen jälkeen. Toinen aineisto kerättiin työharjoittelujakson jälkeen. Koulutuksen kohderyhmänä ja seurantakyselyn vastaajina toimi Lapsen mieli -hankkeen syventävään koulutukseen ilmoittautuneet varhaiskasvatuksen ammattilaiset.

Tutkittavan aineiston Lapsen mieli -hankkeen syventävä koulutus järjestettiin Helsingissä 25.10.2017 ja Tampereella 19.3.2018. Tutkittava aineisto koostui koulutuspäivän jälkeen raportoidusta Webropol-palauteaineistosta, joka saatiin yhteensä 41 ammattilaiselta (Helsingistä 21, Tampereelta 20). Koulutuspäivän jälkeen ammattilaisia oli ohjeistettu pitämään 5 -kertaan 45-minuuttin pituinen tuokio Lapsen mieli -hankkeeseen liittyvää materiaalia ja menetelmiä hyödyntäen. Tätä vaihetta voidaan kutsua *työssä-oppimisjaksoksi*, jonka jälkeen kerättiin uudelleen palauteaineisto koulutuksen käyneiltä ammattilaisilta Webropol-työkalua hyödyntäen. Vastauksia saatiin yhteensä 31 (Helsingistä 14, Tampereelta 17).

Maksuttomaan ja avoimeen koulutukseen sai osallistua maksimissaan kaksi henkilöä varhaiskasvatustiimiä kohden, joista toisella ammattilaisella tuli olla esimiestausta. Ammattilaisilta edellytettiin Lapsen mieli -hankkeen peruskoulutuksen suorittamista. Syventävässä koulutuksessa pyrittiin lisäämään ammattilaisten tietoa lapsen mielen-terveydestä ja sen edistämisestä sekä siihen liittyvästä uusimmista tutkimustuloksista. Koulutukseen kuului myös menetelmäpajoja, joita toteutettiin työyhteisön mielen-terveyden tukemiseen tarkoitetun Hetki hyvälle mielelle -korttien avulla pienryhmissä. Vennyn ja Eeron ihania kuvia -taidekorttien avulla harjoiteltiin pienryhmässä tapoja, joilla kortteja voidaan käyttää monipuolisesti varhaiskasvatuksen arjessa. Mielen ja kehon rauhoittamisen menetelmiin tutustuttiin hengitysharjoitusten avulla, esimerkiksi erilaisten havainnollistavien fyysisten menetelmien avulla, kuten krokotiilihen- gitys ja ”karhu laskee mäkeä” -hengitys. Tämän lisäksi ryhmälle näytettiin Taran tarina

-animaatio video Suomen Mielenterveysseuran verkkosivuilta. Animaation fyysisiä harjoituksia tehtiin yhteisesti ja tämän jälkeen keskusteltiin animaation sisällöstä ja moninaisista käyttötavoista. Koulutuksessa tutustuttiin myös Kaiku teatteri -menetelmään yhteisesti ”leikkien”.

Syventävään koulutukseen osallistuneilta henkilöiltä kerättiin seurantapalaute heti koulutuspäivän jälkeen. Koulutukseen sisältyi työssäoppimisjakso, jonka aikana ammattilaiset järjestivät omissa työpisteissään tuokioita Lapsen mieli -koulutuksessa opittuja menetelmiä käyttäen. Tuokioita ohjeistettiin pitämään viisi kappaletta, joiden keston tuli olla noin 45 minuuttia. Työssäoppimisjakson tarkoitus oli juurruttaa mielenterveyden edistämisen menetelmiä omaan työhön, työyhteisöön ja varhaiskasvatuksen arkeen. Työssäoppimisjakson jälkeen kerättiin uudelleen seurantakysely. Kummatkin seurantakyselyn Webropol-aineistot analysoin koodauksen ja kategorisoinnin menetelmiä käyttäen. Webropol -aineistot toimitettiin analysoitavaksi yhteenvetona, jonka vuoksi vastauksista ei ilmene vastaajan statusta, esimerkiksi ”vastaaja 1”.

### 5.1 Seurakunnan tutkimusprosessin kuvaus

Tutkimusympäristönä toimi edelleen samainen Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen koulutus, mutta seurakunnan varhaiskasvatuksen kontekstista käsin. Rinnakkainen kysely päätettiin tehdä, koska opinnäytetyöhöni liittyy diakonin näkökulman esittäminen aihealueeseen liittyen. Suomen Mielenterveysseura ehdotti, että tekisin kyselyn Lapsen mieli -hankkeen koulutukseen osallistuneelle seurakunnan varhaiskasvattajalle. Sain yhteystiedot kahteen seurakuntaan, josta valikoitui yhteensä kolme vastaajaa sen vuoksi, että he antoivat suostumuksensa vastaamiseen. Useimmat vastasivat, etteivät heillä ole aikaa vastata kyselyyn. Tutkimukseen valikoitui seurakunnasta kaksi varhaiskasvatuksen ammattilaista, jotka olivat käyneet Lapsen mieli -hankkeen peruskoulutuksen. Kolmantena vastaajana toimi erään seurakunnan varhaiskasvatuksen johtaja, joka oli käynyt peruskoulutuksen ja syventävän koulutuksen. Neljäntenä kyselyyn vastaajana toimi Kirkkohallituksesta varhaiskasvatuksen asiantuntija, joka ei ollut käynyt Lapsen mieli -hankkeen koulutuksissa, mutta olin ollut kyseisen henkilön kanssa yhteydessä aiemmin. Kirkkohallituksen varhaiskasvatuksen asiantuntija antoi tietoja liittyen opinnäytetyöni teoriaosuuteen. Lopulta kyseinen henkilö

valikoitui myös kyselyyn vastaajaksi, koska asiantuntijalla on hallussaan laaja tietotaito kirkon toteuttamasta varhaiskasvatuksesta.

Suomen Mielenterveysseuran viesti oli, että kaikki tieto on heille arvokasta, mutta toisaalta koulutuksen sisällön analyysia ei koettu tärkeäksi tutkia lisää. Se tehdään automaattisesti aina seurantakyselyjen avulla, kun koulutus on toteutettu ja tästä syystä tämänkaltainen tieto heillä oli jo hallussaan. Seurakunnan kyselyn tutkimuskysymyksiksi valikoitui kaksi näkökulmaa. Miten mielenterveyden edistäminen näyttäytyy kirkon tämän hetken varhaiskasvatuksessa ja tulisiko kirkon ottaa mielenterveyden edistäminen varhaiskasvatussuunnitelmaansa omaksi painotusalueekseen? Aineiston keruumenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua kyselyä (KvaliMOTV. 6.3.3. Strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu), joka toimitettiin vastaajille sähköpostitse word-asiakirjana (LIITE 3). Aineistot analysoin koodauksen ja kategorisoinnin menetelmiä käyttäen.

## 6 TUTKIMUSMENETELMÄT

Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -hankkeen syventävän koulutuksen kaksiosainen Webropol-aineisto analysoitiin aineistolähtöisesti (KvaliMOTV. Aineisto- ja teorialähteisyys). Kyseessä oli tilaustyö, eli tutkimus tehtiin valmiista aineistosta. Koulutuksen jälkeen pyydettiin palauteaineisto (LIITE 1). Työssäoppimisjakson jälkeen pyydettiin palauteaineisto uudelleen (LIITE 2). Valmiiksi kerätyn puolistrukturoidun Webropol-aineiston vuoksi tutkimus lähti liikkeelle aineistolähtöisesti. Kyseessä on niin sanottu induktiivinen tutkimusmenetelmä, jossa kuljetaan pienistä havainnoista kohti isompia yleistyksiä. (Eskola & Suoranta 1998, 83.) Seurakunnalle tehdyn tutkimuksen kyselylomakkeen (LITE 3) valmistin itse. Suomen Mielenterveysseuran tilaamassa tutkimuksessa pyrittiin vastaamaan siihen, miten koulutus vaikutti varhaiskasvatuksen ammattilaisten ammattitaitoon varhaiskasvatuksen kontekstissa. Seurakunnan kyselyssä pyrittiin selvittämään, miten mielenterveyden edistäminen tällä hetkellä seurakunnan varhaiskasvatuksessa toteutuu ja tulisiko se vastaajien mielestä jatkossa toteutua omana painotusalueenaan kirkon varhaiskasvatuksen kontekstissa?

Analysoin tutkimukset samoja periaatteita käyttäen. Tulostin yhteensä kolme aineistokokonaisuutta, kaksiosaisen Webropol-aineiston ja kirkollisen kyselyaineiston. Analysoin aineistot omina kokonaisuuksinaan. Aloitin ensimmäisen aineiston analysoinnin ensimmäisestä kysymyksestä. Kaikkien kolmen aineiston ensimmäiset kysymykset liittyivät vastaajien esitietoihin. Tämän jälkeen aineistoissa esiintyi laajempia aihealueita ja kysymyksiä, joihin pyydettiin vastaamaan avoimin vastauksin. Avoimet vastaukset käsittelin kysymys kysymykseltä omina mikrotutkimuksinaan. Muodostin vastauksista kokonaiskuvan. Aloitin koodauksen avulla (KvaliMOTV. 7.2.2 Koodaus) merkkamaan vastaajien yksilöityjä vastauksia erilaisin värein, jotka saattoivat olla lauseen tai monen lauseen pituisia kokonaisuuksia. Tällä tavoin sain selville, kuinka monta vastaajaa oli jotakin tiettyä mieltä. Pystyin ryhmittelemään vastaajia koodauksen ja kategorisoinnin avulla omiin ryhmiin. Esimerkiksi, jos vastaajia oli kysymyksessä yhteensä 31 ja 5 vastaajaa kertoi johonkin tiettyyn kategoriaan liittyvää, tällöin ilmoitin analyysissa ja tuloksissa, että vastaajista 5 (/31) tai (5/31) kuului kyseiseen kategoriaan. Päätelmiä tein sen mukaan, kuinka paljon minkäkin kategorian alle sain vastauksia. Mitä enemmän vastauksia tuli kategorian alle, sitä vahvempi indikaatio se

oli koulutuksen vaikutuksesta ammattilaisiin. Monet vastaajista kirjoittivat pitkiä avoimia vastauksia ja näin ollen jotkut vastaajista pääsivät moneen kategoriaan yhdellä vastauksellaan. Analyysissa esiteltyt vastaajien lainaukset ovat esitetty alkuperäisessä kirjoitusasussaan kursivoituna.

Käsite vaikutukset on erotettava käsitteestä vaikuttavuus. Vaikutusten tutkimisessa tarkastellaan lyhyen ajan tuottamaa mahdollista muutosta kohteessa, kuten esimerkiksi koulutuksen saanutta henkilöä ja mahdollisia muutoksia tämän ammattitaidossa. Vaikuttavuutta tutkitaan pidemmällä aikavälillä vuosissa ja sen mittaaminen on tiedetysti hankalaa. (Sitra. Kannattaako vaikuttavuutta yrittää mitata?.) Opinnäytetyössä käytetään vaikutukset käsitettä, jolla kuvataan muutoksia varhaiskasvatuksen ammattilaisissa Lapsen mieli -syventävän koulutuksen jälkeen.

## 7 KOULUTUSPALAUTTEIDEN TUTKIMUS JA TULOKSET

Tässä luvussa esitetään yksityiskohtaisesti kolmen tutkimuksen analyysin tulokset, jonka jälkeen tuloksista johdetaan tiivistelmät.

### 7.1 Syventävän koulutuksen seurantakyselyn (LIITE 1) tulokset

**Kysymykset 1-8.** Esitiedot: Vastaajia seurantakyselyssä oli yhteensä 41. Helsingissä pidetyssä koulutuksessa vastaajia oli 21 ja Tampereella 20. Vastaajien työpaikat sijoituivat ensisijaisesti Pirkanmaalle (21/42) ja Uudellemaalle (18/42). Vastaajien äidinkieli oli Suomi (41/41) ja he olivat kaikki sukupuoleltaan naisia (42/42). Vastaajat työskentelivät pääasiassa varhaiskasvatuksessa (33/42). Vastaajista enemmistö työskenteli opetuksen (22/42) ja ohjauksen (11/42) tehtävissä.

Vastaajat olivat enemmistöltään 40-49-vuotiaita (14/41). Toiseksi suurimmaksi ryhmäksi muodostui 50-59-vuotiaat (12/41).

**Kysymys 9.** Kuinka usein vastaajat käyttivät Suomen Mielenterveysseuran sisältöjä ja aineistoja omassa työssään? Lapsen mieli -kirjan leikit ja harjoitukset olivat käytetyin aineisto. Vastaajista 15 (/42) vastasi käyttävänsä niitä noin kerran kuukaudessa ja 13 (/42) noin kerran viikossa. Toiseksi eniten vastaajista käytti Vennyn ja Eeron ihania kuvia -kortteja, joista 16 (/42) vastaajista käyttää niitä noin kerran kuukaudessa. Julisteita käytettiin eniten päivittäin (7/42). Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineistoa käytettiin myöskin usein, vastaajista 16 (/42) kertoi käyttävänsä sitä noin kerran kuukaudessa.

	en koskaa n	olen kokeillut kerran	noin kerran kuukau dessa	noin kerran viikossa	lähes päivittäi n	Yhteensä	Keskiarvo
Lapsen mieli -kirjan leikit ja harjoitukset	2	12	15	13	0	42	2,93
Lapsen mieli -kirjan laulut ja lorut	9	16	8	6	1	40	2,35
Vanhempainiltamalli tai osia siitä	21	14	4	0	0	39	1,56
Kaveritaitokortit	13	12	7	5	2	39	2,26
Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineisto	7	4	16	11	1	39	2,87
Vennyn ja Eeron ihania kuvia -kortit	4	11	16	9	0	40	2,75
Julisteet	4	14	10	4	7	39	2,9
Muu, mitä?	0	2	0	1	0	3	2,67
Yhteensä	60	85	76	49	11	281	2,54

Kuvio 6. Yhteenveto vastaajien käyttämistä aineistoista.

**Kysymys 10.** Vastaa väittämiin (kuvio 7). Enemmistö vastaajista piti kouluttajia ammattitaitoisina (31/42 täysin samaa mieltä). Koulutus toteutettiin vuorovaikutteisesti ja osallistavasti (28/42 täysin samaa mieltä). Kolmanneksi eniten vastaajista piti koulutuksen sisältöjä tärkeinä oman työnsä kannalta (28/42 täysin samaa mieltä). Vastaajat kertoivat koulutuksen lisänneen innostusta uudistamaan omaa tapaa työskennellä (22/42 täysin samaa mieltä). Vastaajista 5 (/42) koki olevansa eri mieltä väittämien kanssa.

	Täysin eri mieltä (1)	Eri mieltä (2)	Jokseenkin samaa mieltä (3)	Samaa mieltä (4)	Täysin samaa mieltä (5)	Yhteensä	Keskiarvo
Koulutuksen sisällöt olivat tärkeitä oman työn kannalta.	0	0	3	15	24	42	4,5
Koulutus antoi välineitä työyhteisön kehittämiseen.	0	2	6	16	18	42	4,19
Koulutuksen sisällöt vastasivat tavoitteita.	0	0	6	15	20	41	4,34
Koulutus toteutettiin vuorovaikutteisesti ja osallistavasti.	0	0	2	12	28	42	4,62
Koulutus innosti uudistamaan omaa tapaa työskennellä.	0	2	3	15	22	42	4,36
Kouluttajat olivat ammattitaitoisia.	0	0	1	10	31	42	4,71
Koulutuksen toteuttamistapa (esim. monimuoto-opetus) edesauttoi osallistumista.	0	0	5	17	19	41	4,34
Ymmärryksen mielenterveyden edistämisen tutkimuksesta ja teoriasta syveni.	0	1	3	20	18	42	4,31
Sain välineitä mielen ja kehon rauhoittamiseen varhaiskasvatuksen arjessa.	0	0	6	20	16	42	4,24
Hetki hyvälle mielelle -peli on mielestäni toimiva tapa nostaa mielenterveyden edistämisen teemoja ja käytäntöjä esille työyhteisössä.	0	0	8	15	19	42	4,26
Yhteensä	0	5	43	155	215	418	4,39

Kuvio 7. Yhteenveto vastaajien nimeämistä väittämistä.

**Kysymys 11.** Miten vastaajat kehittäisivät Hetki hyvälle mielelle -peliä? Vastaajista 10 (/18) kehittäisi peliä: vastaajista 2 (/18) muokkaisi tehtävien väittämiä vähemmän mustavalkoiseksi. Lisäksi toivottiin tehtävälapuista vahvempia kortteja (2/18), lasten versiota pelistä (2/18), aiheiden pilkkomista pienempiin tapaus kohtaisiin osiin, visuaalisempia kortteja (1/18), pelille koteloa, jota voisi pitää paremmin työpisteessä esillä (1/18), erillistä peliversiota työyhteisön kehittämiseen (1/18) ja että voisi tehdä kortteihin myös omia kysymyksiä (1/18).

*Siitä voisi olla saatavissa ihan erillinen oma työyhteisön motivointiin, ongelmien ratkaisuun ja työhyvinvointiin liittyvä osuus/peli.*

Vastaajista 7 (/18) piti peliä sellaisenaan hyvänä. Vastaajista 4 (/18) ei osannut kommentoida miten peliä voisi kehittää, vaan he toivoivat ensin mahdollisuutta tutustua peliin paremmin.

**Kysymys 12.** Mitä toimintatapoja ammattilaiset aikovat jatkossa käyttää omassa työssään? Suurin osa vastaajista (28/34) kertoi vievänsä Hetki hyvälle mielelle -pelin työpaikalleen kokeiltavaksi.

*Hetki hyvälle mielelle -peliä käytämme kehittämispäivässä ja muutamia kertoja viikoittain pidettävässä pedakahvilassa.*

Vastaajista 22 (/34) suunnitteli vievänsä tietoisuusharjoitukset omaan työhönsä.

*Tietoisuusharjoitukset toteutamme 3 krt/pv/ryhmä suunnitelman mukaisesti.*

Vastauksia keräsi myös arvotyöskentely (6/34), Vennyn ja Eeron ihania kuvia -kortit (6/34), mielenterveyden edistämisen teoria (3/34), Eläinlasten elämää -pöytäteatteri aineisto (3/34) ja kaikuteatteri (2/34). Vastaajista 6 (/34) kertoi tiedottavansa kokouksessa tai sähköpostin välityksellä yleisesti koulutuksen annista tiivistetyn informaation työyhteisölleen.

*Pidämme päiväkodilla perjantaikahvituksen, jossa esittelemme kaikkea sitä mitä koulutuksesta saatiin. Osallistetaan henkilökunta tekemään esityksiä ja kokeilemaan peliä. Tiimipalaverissa aion käyttää pikkurillikehu rinkiä.*

**Kysymys 13.** Vastaajat kommentoivat olevansa erittäin tyytyväisiä koulutukseen (22/41 hyvä, 19/41 erinomainen).

**Kysymys 14.** Avointa palautetta koulutuksesta? Vastaajista 17 (/21) kehuivat, kiittivät ja pitivät tärkeänä mielenterveyden edistämisen koulutusta. Osallistava ja yhteisöllinen tunnelma viehätti koulutuksessa ja varhaiskasvattajat kokivat saavansa eväitä itsensä- ja työyhteisönsä kehittämiseen sekä erilaisia menetelmiä lapsiryhmiin vietäväksi.

*Haluan kiittää pitämistäne tärkeistä koulutuksista! Materiaali on helppo ottaa arkeen mukaan ja koulutuksissa on aina ihanan innostunut tunnelma niin kouluttajien kuin koulutettavienkin keskuudessa. Mielen-terveyden edistämiseen kouluttaminen on tärkeimpiä asioita varhaiskasvatuksessa.*

*Tämä kurssi toi myös omaa jaksamista työskentelyyn ja mahtavia eväitä myös työyhteisön hyvinvointiin sekä myös jo ongelmien ratkaisuun.*

Vastaajista 6 (/22) antoi kehityspalautetta. Koulutuksen keston toivottiin enemmän aikaa ja syventävälle koulutukselle toivottiin jatkoa lisäkoulutuksen muodossa.

*Toivottavasti jatkossa on tulossa lisää mielenterveyteen liittyvää koulutusta, koska mielenterveyteen liittyvät asiat ja haasteet ovat vahvasti läsnä varhaiskasvatustyössä päivittäin...*

*Aika meni nopeasti. Olisi mielellään kuullut asioista lisää.*

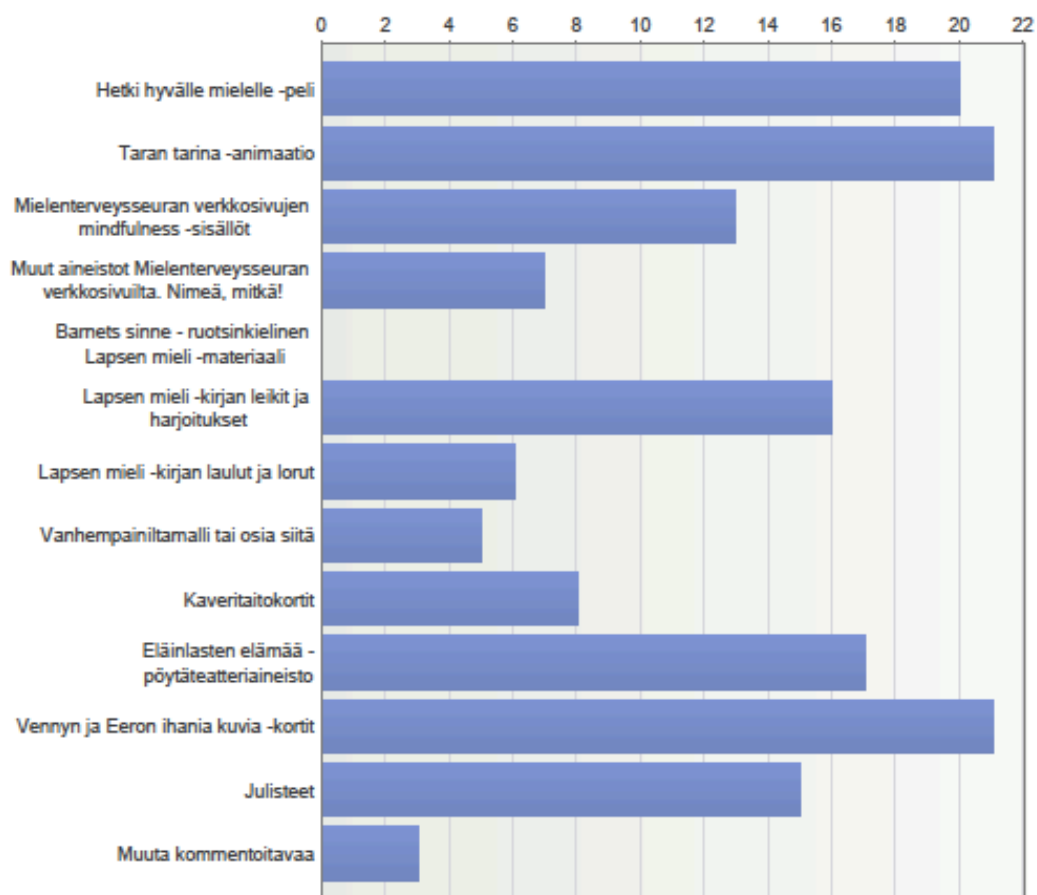
## 7.2 Syventävän koulutuksen työssäoppimisjakson (LIITE 2) tulokset

**Kysymykset 1-2.** Esitiedot. Vastaajia oli yhteensä 31, Helsingistä 14 ja Tampereelta 17. Erityislastentarhanopettajia oli eniten (9/31).

**Kysymys 3.** Vastaajista kaikki (31/31) olivat sitä mieltä, että syventävän koulutuksen ansioista varhaiskasvattajat innostuivat tarttumaan itselleen uusiin Lapsen mieli -hankkeen aineistoihin.

**Kysymys 4.** Mistä materiaaleista innostuttiin eniten? Taran tarina -animaatio ja Venyn ja Eeron ihania kuvia -kortit olivat aineistoista suosituimmat (21/31). Hetki hyvälle mielelle -peli vastattiin olevan kolmanneksi suosituin (20/31) ja neljänneksi ylsi Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineisto (19/31). Muut aineistot Mielenterveysseuran verkkosivuilta kohdassa nimettiin (7/31) Hyvän mielen liikuntapassi, temperamentti-robotti, voimaa metsäpolulta ja hyvän mielen metsäkävelyt, turvallisista mielin vanhemmiksi -kuvakortit, Kaiku -teatteri, toteemipaalu ja iltasatu. Muuta kommentoitavaa

(3/31) kohdassa kerrottiin HOT-terapian nelikentästä, hengitysharjoituksista ja Kaiku-teatterista. Vanhempainiltamalli sai vähiten kannatusta (5/31). Ruotsinkielistä Barnets sinne - Lapsen mieli -materiaalia ei ollut vastaajista (0/31) kukaan kokeillut.



Kuvio 9. Vastaajien nimeämiä uusia materiaaleja.

**Kysymys 5.** Vastaa, jos *et* ole esimiesasemassa, miten mielenterveyden edistämisen sisältöjä (5x45min.) on viety omaan työyhteisöön? Vastaajia oli 30 ja useat heistä vastasi monisanaisesti avoimin vastauksin. Miltei jokainen (24/30) kertoi informoineensa koulutuksen annista vaihtelevilla tavoilla: työtiimin kokouksessa, vanhempien kanssa keskusteltaessa tai tuokioiden merkeissä.

*Lapsen mieli -materiaalia olen markkinoinut (onnistuneesti) työyhteisössä, se on otettu monessa ryhmässä hyvin vastaan ja aktiiviseen käyttöön.*

*Perhetyön tiimipalaverin (15 henkilöä) aloitimme mieltä rauhoittavalla hengitysharjoituksella. Sen jälkeen kerroimme koulutuspäivän 19.3*

*tärkeintä antia, esim. Kristian Wahlbeckin esityksestä ja kehon ja mielen rauhoittamisesta. Esitimme Taran tarina -animaation ja yhdessä koko tiimi toteutimme liikkeit. Lopuksi järjestimme Hetki hyvälle mielelle -työpajan. Jaoimme väen kolmeen ryhmään, jokaisessa neljä henkilöä. Käytimme tällä kertaa Pohdinta- ja keskustelukortteja. Kokonaisuudessaan tähän juurruttamiskertaan kului tunti.*

Hetki hyvälle mielelle -peliä oltiin käytetty aktiivisesti oman työyhteisön hyvinvoinnin työkaluna (15/30), etenkin työtiimien kehittämiseen esimerkiksi työpaikan kouksissa tai kehityspäivillä.

*Järjestimme päiväkotimme henkilökunnalle (4x45 min.) Hetki hyvälle mielelle -pelihetkiä. Jokaiseen osallistui eri työntekijät. Halusimme heidän saavan yhtä hyvän kokemuksen ajatusten jakamisesta, kuin me saimme koulutuksessa. Saimme pelien jälkeen palautetta pelien teemoista. Asiat koettiin tärkeiksi ja heräsi hyvää keskustelua, aika kului ”siivillä”.*

Rentoutus- ja hengitysharjoituksia käytettiin useassa päiväkodissa (12/30) aikuisten ja lasten arjen rahoittamisen välineinä.

*Rakensin lapsille rentoutumishuoneen palaverihuoneeseen (idea siihen oli jo aikaisemmin syntynyt esimieheltä ja sekä työkaverilta), hyödynsin sinne koulutuksesta saatua ideaa täyttää tyhjiä limupulloja vedellä, hiilellä, yms. (lasten kanssa tehtiin/täytettiin pullot). Ohjasin siellä ryhmäni lapsille rentoutumista/meditointia pienryhmissä. Siellä olisi voinut hyödyntää enemmänkin rentoutumisharjoituksia.*

Taran tarina -animaatiota (11/30) käytettiin myös lasten ja varhaiskasvattajien rauhoittamisen välineenä.

*Taran tarina viehättää minua ja siitä voisi saada iloa sekä lasten että henkilöstön keskuuteen, keksiä ja muistaa oma kehollisuus ja itsessä olemisen taide.*

Vennyn ja Eeron ihania kuvia -kortteja kertoi käyttäneensä monet omissa tuokioissaan (10/30).

*Pidän säännöllisesti eli viikoittain ”tunneteltaa” oman ryhmän lapsille. Tunneteltassa olen käyttänyt Vennyn ja Eeron ihania kuvia..*

Monet kokivat Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineiston (8/30) ja Kaiku-teatterin (3/30) hyvänä keinona opettaa lapsille mielenterveyden taitoja.

*Lapsille pidin pöytäteatteria erilaisuudesta ja tunteista.*

*Kaikuteatteri menetelmä perustuu draamaleikkiin ja kuulluksi tulemisen kokemukseen...*

Julisteita käytettiin yleisissä tiloissa ja joissakin tuokioissa (6/30) tuomaan informaatiota lapsille, henkilöstölle ja vanhemmille.

*Päiväkodin ilmoitustaululle paikkaan, jossa sekä vanhemmat että henkilöstö kulkevat valikoin julisteistanne tunteiden maailmanpyörän, hyvinvoinnin hyrrä ja turvalliset aikuiset tuomaan ajatuksia.*

Kiireestä ja sen aiheuttamasta resurssipulasta kerrottiin myös (5/30), jonka vuoksi tuokioita ei oltu kyetty pitämään niin paljon, kuin olisi ehkä alun perin suunniteltu.

*Sairastelujen ja muiden kiireiden vuoksi emme ole pystyneet pitämään 5x45 min. juurruttamista työyhteisössä. Mutta olemme tehneet hyvän suunnitelman, jonka esimieskin on jo hyväksynyt.*

**Kysymys 6.** Vastaa, jos olet esimiesasemassa, miten mielenterveyden edistämisen sisältöjä (5x45 min.) on viety omaan työyhteisöön ja verkostoihin? Kysymykseen saatiin vain kaksi vastausta (2/2), jossa mainittiin muun muassa oman yksikön kehittäminen, materiaalien esittelyä yksityisen päiväkodin henkilöstölle ja esimiehille sekä koulutuksen materiaalien sekä Suomen Mielenterveysseuran verkkosivujen yleistä esittelyä yhteistyötahoille.

*Olen kertonut yhteistyö- ja verkostokumppaneille teidän koulutuksesta ja materiaaleista. On pyytänyt tutustumaan nettisivuihinne ja suositellut myös osallistumaan koulutuksiinne.*

**Kysymys 7.** Nimeä haasteita ja ratkaisuja mitä lapsen mielenterveyden edistämiseksi on oman arjen ja työn näkökulmasta?

Haasteissa eniten (11/26) toistui teemat: kiire, puutteelliset resurssit ja varhaiskasvatuksen arjen hektisyys.

*Vaikeaa löytää rauhallista aikaa tilanteelle.*

*Aina sama syy kaikkeen: resurssipula.*

Toiseksi eniten (5/26) puhutti suuret ryhmäkoot, joiden ajateltiin vaikuttavan häiritsevästi tuokioiden järjestämiseen.

*...lapsia on ryhmissä paljon, jolloin yhden lapsen tarpeet on vaikeampi huomioida.*

Myös sairauslomat, sijaiset ja henkilökuntapula koettiin haasteeksi (5/26), jonka vuoksi arkea on vaikeaa toteuttaa suunnitelmallisesti. Sairauslomat verottavat tiimin omaa ammattitaitoista henkilöstöä ja tilalle otetaan, jos satutaan saamaan sijaisia, joilla ei ole välttämättä ryhmän ohjaamiseen tarvittavaa kokemusta ja osaamista verrattaessa tiimin omaan henkilöstöön.

*Poissaolot ja sijaisten saamattomuus, joka kumoo perustoiminnan, jolloin tehdään minimoiden hommat turvallisuus etusijalla...*

Henkilökunnan riittämättömyys, työn paine, väsymys, vanhat tavat toimia, mitä ja kuinka paljon pitää tehdä, arvomaailman pirstaloituminen, tietämättömyys ja negatiivinen työilmapiiri (5/26) koettiin haasteiksi.

*Aikuisten väsymys ja vanhaan kangistuminen.*

*...nykypäivä tuo luo varhaiskasvatukselle suunnattomia paineita, mitä pitää tehdä ja kuinka pitää tehdä ja kuinka paljon pitää tehdä. Se luo omaan työhön riittämättömyyden tunteita, mikä riittää?*

Pieni osa (3/26) vastaajista kommentoi vilkkaiden ja erityisentuen lasten vaikuttavan työhön haasteellisella tavalla, mutta myös perhetilanteiden ja vanhempien ajateltiin tuottavan ylimääräisiä haasteita varhaiskasvatuksen arkeen.

*Lasten vilkkaus, sekä haasteet lisääntyvät vuosi vuodelta eikä kasvaviin tulentarpeisiin reagoida tarpeeksi nopeasti ylempien elinten taholta.*

S2 lapset (Suomi toisena kielenä), monikulttuuriset perheet, lasten ja perheiden puutteellinen kielitaito, erilainen kulttuuritausta (2/26) ja myöskin ahtaat, vähäiset tilat suhteessa lapsimäärään ja rauhan puute (2/26) koettiin vaikuttavan uusien menetelmien toimeenpanoon negatiivisesti.

Vaikka näyttäisi siltä, että haasteita löydettiin paljon, siitäkin huolimatta vastauksista paistoi ratkaisukeskeinen ote. Vastavoimana haasteille löydettiin usko ammattilaisen omiin kykyihin. Omalla toiminnallaan voi vaikuttaa arkeen niin, että tärkeille asioille löydetään tilaa, haasteista huolimatta. Eniten (15/26) näytti vaikuttavan oma asenne, positiivinen psykologia suhteessa omaan työhön ja lapsiin, oman toiminnan esimerkki sekä arvot ja rohkeus muuttaa totuttuja toimintatapoja toimivammiksi.

*Koen työssäni edistävän yleisesti mielenterveyttä. Kaikki toimintani ja kehitysehdotukseni tähtäävät lapsen hyvinvoinnin lisäämiseen ja parantamiseen. Oppiminen, kehittyminen ja kasvaminen ovat hyvinvoinnin pohja ja niiden edistäminen luonnollisesti lisää mielen hyvinvointia. Minä-pystyvyyden vahvistaminen jo pienestä lapsesta alkaen rakentaa vahvaa, hyvää itseluottamusta ja varmuutta omasta pärjäävyydestä myös haasteiden edessä.*

Toiseksi eniten (5/26) ratkaisuksi tarjottiin työn uudelleen organisointia, suunnitelmallisuutta, ajan priorisointia tärkeiksi koetuille asioille, hetkien hyödyntämistä, rohkeutta puhua ja ottaa puheeksi työkavereiden kanssa työssä askarruttavia asioita ja positiivinen työilmapiiri.

*Pitäisi enemmän tarttua hetkeen ja olla valmius hyödyntää lyhyitä hetkiä.*

Kolmanneksi eniten (4/26) tarjottiin pienryhmätoimintaa ja toimintojen porrastamista ratkaisuksi turvata aika ja sopivan rauhallinen tila mielenterveyden edistämisen hetkille. Koulutettu ja osaava henkilöstö, enemmän erityislastentarhanopettajia ja monipuolinen ylläpitävä jatkokoulutus (3/26) koettiin tärkeäksi. Vanhemmat ja yhteisöt osaksi resurssia (2/26), omasta itsestä huolehtiminen, aikuisten hyvinvointi (2/26), tulkkien käyttö ja selkokielinen materiaalin valmistaminen (2/26) sekä kaupungin ja kunnan tuki ja suunnitelmat (1/26) saivat nekin kannatusta.

### 7.3 Seurakunnan kyselytutkimuksen (LIITE 3) tulokset

**Kysymykset 1-3.** Esitiedot. Vastaajia oli yhteensä neljä. Vastaajat olivat Espoosta (2/3), Lempäälästä (1/3) ja Kirkkohallituksesta (1/4). Vastaajat ovat työnimikkeiltään: varhaiskasvatuksen asiantuntija (1/4), lapsi- ja perhetyön johtaja (1/4) ja perhetoiminnan ohjaajaa (2/4). Työkokemusta työtehtävistään vastaajilla oli kolmekymmentä vuotta (1/4), kymmenen vuotta (1/4) kaksi vuotta (1/4) ja yksi vuosi (1/4). Varhaiskasvatuksen asiantuntija vastaaja ei ollut käynyt Lapsen mieli -koulutusta, mutta hänen vastauksia käytetään haastattelun aineistona, koska vastaaja kykenee asiantuntijatehtävänsä vuoksi vastaamaan kirkon yleisen varhaiskasvatuksen puolesta osaan kysymyksistä.

**Kysymys 4.** Onko seurakunnassa päätetty painottaa jotain tiettyjä painopisteitä valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2016), Vasu kirkossa -työkalupakin tai jonkun muun kirkon oman varhaiskasvatussuunnitelman ja/tai ohjeistuksen lisäksi? Vastaajista yksi (1/4) vastasi painottavansa seurakunnassaan lapsen osallisuutta. Toinen vastaajista (1/4) kertoi kasvatustyön painotusten näkyvän leireillä hartauksien teemoissa ja askartelussa, mutta mikä painotus on, sitä vastauksesta ei käynyt ilmi. Kolmas vastaajista (1/4) ei ollut tietoinen seurakuntansa painotuksesta. Neljäs vastaaja (1/4) vastasi näin:

*Kirkon varhaiskasvatuksessa ja sen kehittämisessä korostetaan lapsen kokonaisvaltaisuutta kristillisen ihmiskäsityksen mukaisesti. Paikallis-seurakunnissa painotuksia mietitään oman toiminnan sekä lasten ja perheiden tarpeista käsin.*

**Kysymys 5.** Mitä Lapsen mieli -hankkeeseen liittyviä työkaluja ja/tai toimintamalleja ja/tai materiaaleja vastaajat käyttävät omassa työssään ja/tai työtiimissään yleisesti? Vastaajista yksi (1/3) kertoi käyttävänsä Vennyn ja Eeron ihania kuvia-taidekortteja aikuistyön vertaistukiryhmissä ryhmäytymisen työkaluna. Hänen työtiimissä käytetään yleisesti myös kaikkia Lapsen mieli -peruskoulutuksen työvälineitä. Kolmas vastaajista (1/3) kertoi käyttäneensä aineistoja näin.

*Olen käyttänyt perhekehossa vanhempien keskusteluiden pohjana Tunteiden maailmanpyörää, mielenterveyden kättä sekä Yhdessäoloa-aihetta. Olen pitänyt aiheista pienen alustuksen, jakanut ilmaiseksi printattavan materiaalin äideille ja valinnut keskustelukysymykset, joiden avulla olemme lähestyneet aihetta.*

Yksi vastaajista (1/3) kertoi materiaalien käytön jääneen vähäiseksi:

*Valitettavasti materiaali on jäänyt käyttämättä. .... Muistan, että olen käyttänyt kuvia, joissa on lasten välisiä ristiriitatilanteita. Kävimme lasten kanssa kaveritaitoja läpi ja siihen niistä sai hyviä keskusteluja aikaiseksi. Se, minkä takia materiaali on jäänyt todella vähälle käytölle, johtuu varmaan siitä, että sitä on paljon, mutta siihen päästiin tutustumaan loppujen lopuksi todella vähän aikaa. Ehkä olisin itse kaivannut vielä enemmän apua, kuinka ottaa tämä kaikki paremmin käyttöön arjen työssä.*

**Kysymys 6.** Ovatko vastaajat käyneet syventävän koulutuksen? Ainoastaan vastaajista yksi (1/3) oli sen käynyt.

**Kysymys 7.** Tuliko koulutuksesta työkaluja seurakunnan henkilöstön koulutukseen? Yksi vastaajista (1/3) kertoi käyttäneensä Vennyn ja Eeron ihania kuvia-taidekortteja

muutamia kertoja tiimikokousten yhteydessä, loput vastaajista (2/3) eivät olleet käyttäneet työkaluja henkilöstön koulutuksen tarkoituksissa.

**Kysymys 8.** Onko kirkko ottanut huomioon aiempina vuosina lapsityössään mielenterveyden tukemisen ja tunnetaitotyöskentelyn? Vastaajista kaksi (2/4) ei tunnistanut mielenterveyden edistämistä työssään. Yksi (1/4) vastasi tunnetaitojen opetusta olleen, mutta koulutuksesta sai paljon konkreettisia työkaluja ja neljäs vastaaja (1/4) koki että tunnetaidot ovat olleet vahvasti osa kirkon varhaiskasvatusta.

*Tunnetaidot ovat kirkon varhaiskasvatuksessa olleet keskeisiä jo pitkään...Kirkon varhaiskasvatus on luonteeltaan ennen kaikkea ennaltaehkäisevää, mutta työntekijöillä tulee olla kykyä ja taitoa nähdä mahdollisia ongelmia, tukea niissä ja ohjata tarvittaessa eteenpäin (esim. yhteistyö diakoniatyön ja/tai perheneuvonnan kanssa).*

**Kysymys 9.** Onko koulutusten jälkeen tapahtunut muutosta seurakunnan varhaiskasvatustyössä suhteessa lasten mielenterveyden edistämiseen? Vastaajista kaksi (2/3) eivät olleet huomanneet muutosta. Yksi vastaajista kommentoi:

*..... Itse olen tämän syksyn aikana pitänyt tunnekasvatusta, tunteista puhumista ja tunneasioiden tärkeyttä vahvasti esillä vetämissäni (aikuisien) keskusteluryhmissä (perhekerhot ja perhetyön leirit).*

**Kysymys 10.** Pitäisikö mielenterveyden edistäminen lisätä osaksi kirkon varhaiskasvatussuunnitelmaa omana painotuksenaan? Kolme vastaajista (3/4) vastasivat kyllä.

*Pitäisi aivan ehdottomasti, koska mielen hyvinvointi on äärimmäisen tärkeä osuus ihmisen kehityksessä...*

Yksi (1/4) vastaajista kommentoi, että mielenterveys tulisi ottaa omana näkökulmana painotuksen sijaan suunnitelmissa huomioon.

*Ajattelen, että mielenterveyden edistäminen tapahtuu normaalin toiminnan puitteissa eikä sitä sinällään tarvitse ottaa erilliseksi omaksi painotukseksi...*

**Kysymys 11.** Miten ja millaisilla työkaluilla kirkko voisi ottaa koko Suomen seurakunnissa mielenterveyden edistämistyön kasvatustyössään huomioon. Kolme vastaajaa (3/4) valitsisi työkaluksi koulutuksen, yksi vastaaja (1/4) piti koulutuksen materiaaleja ja keskustelua hyvänä keinona edistää mielenterveystaitojen tuomista kirkon varhaiskasvatukseen.

*On hyvä, että mielenterveys katsotaan nykyään luonnollisena osana ihmisen hyvinvointiin ja siitä huolehtiminen on yksi osa oman terveyden ylläpitämistä.*

**Kysymys 12.** Miten hengellinen kasvatustyö ja mielenterveystaitojen opettaminen sopivat yhteen? Vastaajien (4/4) mielestä ne sopivat saumattomasti yhteen.

*Hengellisyys on osa ihmisenä olemisen kokonaisuutta ja terve hengellisyys voi parhaimmillaan tukea mielenterveyttä. Ne sopivat mielestäni hyvin yhteen.*

**Kysymys 13.** Millä tavalla seurakunnan varhaiskasvatus ja toiminta lasten kanssa tukevat lasten mielenterveyttä? Kolme vastaajaa (3/4) kommentoi lapsen huomioimista omana yksilönään, yksi vastaaja (1/4) vanhemmuuden tukemisen tärkeäksi.

*Koen, että varhaiskasvatuksen tärkeä osa on vanhemmuuden tukeminen ja vanhemmille omaa jaksamista tukevien työkalujen antaminen omaan arkeen tukee kaikista parhaiten lasten mielenterveyttä.*

**Kysymys 14.** Millä tavalla Lapsen mieli -hankkeen menetelmät, materiaalit ja/tai työkalut ovat vaikuttaneet lapsiin, nuoriin, perheisiin ja henkilökuntaan? Vain yksi vastaaja (1/0) vastasi kokevansa menetelmien ja materiaalien herättäneen vanhemmissa ajatuksia ja hyviä keskusteluja.

**Kysymys 15.** Millaista koulutusta vastaajat toivovat lisää Lapsen mieli -hankkeen tiimoilta? Vastaajista yksi (1/2) haluaisi lisää materiaalia ja toinen (1/2) lisää koulutusta sekä konkreettisia työvälineitä.

*Olen kiinnostunut tunnetaitojen parantumiseen tähtäävistä koulutuksista ja konkreettisista työvälineistä, joita voi helposti hyödyntää omassa työssä (lähinnä vanhempien kanssa käytettävät virikemateriaalit).*

**Kysymys 16.** Olisiko kaikkien Suomen seurakuntien työntekijöille hyötyä osallistua Lapsen mieli -hankkeen koulutukseen. Kaksi vastaajaa (2/4) oli ehdottomasti sitä mieltä, että kaikille kirkon työntekijöille olisi hyödyllistä osallistua koulutukseen. Kaksi vastaajaa (2/4) kommentoi että olisi tärkeää omata motivaatio ja kiinnostus koulutukseen.

*Ajattelen, että paras anti koulutuksista saadaan silloin, kun työntekijät ovat itse motivoituneita kouluttautumaan...*

**Kysymys 17.** Onko seurakunta luonut tavoitteita tai arvioineet Lapsen mieli -koulutuksen vaikutuksia työssä ja/tai työyhteisössä? Kaikki vastaajat (3/3) vastasivat kielteisesti.

*Arjen työ on aika kiireistä ja Lapsen Mieli -kirjaan ja siihen liittyviin materiaaleihin olen tutustunut vain omalla suunnitteluajallani.*

**Kysymykset 18-19.** Avoin palaute koulutuksesta? Vastaajista kaksi (2/3) piti koulutusta hyvänä ja kolmas vastaaja (1/3) ajatteli kirkon varhaiskasvatuksen ja mielenterveyden edistämisen sopivan yhteen.

*Palaute oli rohkaisevaa ja koulutusta pidettiin hyvänä. Itse jäin ehkä kaipaamaan alkuun hieman tukevampaa pakettia nimenomaan lasten mielenterveyteen liittyen esim. tutkimustuloksia.*

#### 7.4 Suomen Mielenterveysseuran tutkimustulosten tiivistelmä

Vastaajat pitivät mielenterveyden edistämistä ja koulutusta tärkeänä. Ammattilaisten oma asenne näytti tutkimuksessa muuttuneen ja työhön liittyviin haasteisiin suhtauduttiin koulutuksen jälkeen ratkaisukeskeisesti ja positiivisesti. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että varhaiskasvatuksen yleisiin pulmiin kyettiin löytämään

vaihtoehtoisia ratkaisuja, joiden avulla voidaan päästä ammattilaisten ja lasten kannalta parempaan sekä toivotumpaan lopputulokseen. Vastaajat olivat koulutuksen ansiosta ottaneet käyttöönsä työpisteissään Lapsen mieli -hankkeen materiaaleja ja menetelmiä. Tietoa mielenterveyden edistämisestä ja siihen liittyviä työtapoja jalkautettiin onnistuneesti työpisteisiin, omaan työhön ja muiden varhaiskasvattajien käyttöön. Varhaiskasvattajat raportoivat löytäneensä uusia mielenterveyden voimavaroja itseltään, vaikkakin koulutuksen tavoite oli pääasiassa lasten mielenterveyden edistäminen. Koulutuksen sisältöjä ja kouluttajia kiiteltiin monisanaisesti. Varhaiskasvattajat käyttävät lähes päivittäin Suomen Mielenterveysseuran tuottamia materiaaleja ja menetelmiä työpisteissään.

Syventävän koulutuksen sisältöjä ja menetelmiä tullaan vastaajien mukaan käyttämään vastaisuudessakin koulutukseen osallistuneiden toimipisteissä. Työssäoppimisjaksolla esiteltiin hankkeen menetelmiä muille organisaation työntekijöille ja toisaalta juurrutettiin niitä onnistuneesti koko organisaation käyttöön. Vastauksista paistoi innostus ja ymmärrys siitä, että jokapäiväisillä teoilla voidaan vaikuttaa lasten mielenterveyteen. Yksi koulutuksen painopisteistä oli saattaa ammattilaiset tietoisiksi oman työn- ja toisaalta myös työyhteisön työilmapiiriin edistämisen mahdollisuuksista. Monet vastaajista kokivat, että lisäämällä yksittäisten työntekijöiden- ja toisaalta koko työyhteisön hyvinvointia, vaikuttaa se myös positiivisesti lapsiin. Vastaajat kokivat saaneensa omaan elämäänsä mielenterveyttä edistäviä tietoja ja taitoja, joiden avulla he voivat vaikuttaa omaan hyvinvointiinsa työssään ja kotonaan.

Palauteaineistossa käsiteltiin myös varhaiskasvatuksen haasteita ja muuttuvaa toimintaympäristöä, joita ovat vastaajien mukaan esimerkiksi työn kiire, hektisyys ja ajanpuute, isot lapsiryhmät, toistuvat sairauslomat ja sijaiset, henkilökuntapula ja henkilökunnan oma jaksaminen. Lapsen mieli -koulutuksen tavoite on olla voimavarakeskeinen, joka näkyi ammattilaisten vastauksissa asennemuutoksena, jonka ansiosta vaatiin työhön ja siihen liittyviin asioihin kyettiin asennoitumaan uudelleen ratkaisukeskeisesti. Työn pulmiin kyettiin löytämään vastauksia olemassa olevista resursseista, kuten ihmisistä, ammatillisuudesta, työn uudelleen organisoinnista, arjesta, rakenteista ja omasta käytöksestä sekä positiivisesta suhtautumistavasta asioihin ja ihmisiin.

## 7.5 Seurakunnan tutkimustulosten tiivistelmä

Seurakunnan kolmelle vanhaiskasvattajille ja yhdelle asiantuntijalle tehdystä kyselystä selvisi, että mielenterveyden edistäminen näyttäytyy kirkon tämän hetken vanhaiskasvatuksessa kahden vastaajaan mukaan jonkun verran. Toisaalta kaksi vastaajista ei kyennyt löytämään mielenterveyden edistämisen piirteitä kirkon vanhaiskasvatuksesta. Mielenkiintoista oli se, että mitä korkeammalla asiantuntija roolissa ammattilainen oli, sitä paremmin hän tunnisti mielenterveyden edistämisen piirteitä kirkon tuottamassa vanhaiskasvatuksessa. Kolme vastaajista olivat sitä mieltä, että mielenterveyden edistäminen tulisi ottaa osaksi kirkon omaa vanhaiskasvatussuunnitelmaansa omana painotusalueenaan. Yksi vastaajista voisi ottaa mielenterveyden edistämisen yhdeksi näkökulmaksi kirkon omaan vanhaiskasvatukseen. Mielenterveyden edistäminen koettiin tärkeäksi seurakunnan vanhaiskasvatuksen kontekstissa.

Kyselyssä selvitettiin, miten vastaajien mielestä kirkon tulisi lisätä mielenterveyden edistämistä kasvatustyössään. Vastaajat olivat kaikki yhtä mieltä siitä, että jatkuvalla ja konkreettisella mielenterveyden edistämisen -koulutuksella saataisiin henkilöstö osaavammaksi tärkeästä aihealueesta. Hengellinen kasvatustyö ja mielenterveystaitojen opettaminen koettiin sopivan saumattomasti yhteen ja sen koettiin tukevan lapsen mielenterveyttä kokonaisuutena hyvin. Lisää koulutusta ja konkreettisia lisämateriaaleja toivottiin lisää. Kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että kaikille seurakunnan työntekijöille olisi hyödyllistä osallistua Lapsen mieli -koulutukseen. Seurakunta haastattelulla pyrittiin tiivistetysti selvittämään mitä hyötyä kyseisestä koulutuksesta on ollut seurakunnan työntekijöille ja mitä työntekijät toivovat hankkeelta jatkossa? Avoimessa palauteosiossa painotettiin sitä, että koulutuksen aihe-alue, mielenterveyden edistäminen vanhaiskasvatuksen kontekstissa on kaikkien vastaajien mielestä erityisen tärkeä. Tutkimus antoi vastauksia tutkimuskysymyksiin, jonka vuoksi tutkimuksen tavoitteisiin päästiin.

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET, POHDINTA JA ARVIOINTI

Opinnäytetyön validiteettia, eli onko tutkimus tehty oikeiden periaatteiden mukaisesti (KvaliMOTV 3.3.1 Validiteetti.) on arvioitu lävitse koko opinnäytetyön prosessin. Webropol -aineisto oli valmiiksi kerätty ja kyseessä oli tilaustyö. Näin ollen kysymyksiin en voinut vaikuttaa. Koodauksen ja kategorisoinnin aikana pyrin tarkastamaan työn tuloksia lävitse analysointityön. Tällä tavoin varmistuin oikeanlaisista ratkaisuista, joita koodaamalla kategorioihin on väistämättä tehtävä. Vastaajat vastasivat strukturoituihin, puolistrukturoituihin tai avoimiin kysymyksiin.

Yleisiä eettisiä kysymyksiä ja vastaajien anonymiyyttä on kunnioitettu lävitse koko opinnäytetyön prosessin. Webropol -työkalun avulla vastaajista ei ole myöskään välitynyt tietooni henkilöllisyyksiä tai persoonallisuus tietoja. (KvaliMOTV. 3.1 Eettiset kysymykset.) Opinnäytetyössä on noudatettu myös hyviä tutkimuskäytäntöjä. Yksi tärkeimmistä edellytyksistä on pyytää haastateltavilta tarvittavat suostumukset haastatteluun ja huolehtia myös siitä, että vastaajat tietävät mihin he ovat ryhtymässä. Luotamuksellisuudesta ja anonymiteetistä on huolehdittu lävitse koko prosessin. (KvaliMOTV. 3.1.2. Hyvä Tutkimuskäytäntö.)

Tulosten merkitys ammatillisesti vaikuttaa siltä, että tämän tyyppisille mielenterveyden voimavaroja nostattavalle koulutukselle on tilausta varhaiskasvatuksessa. Rahoittajana toimivalle Opetushallitukselle positiivinen koulutuspalaute antaa myös viitteitä siitä, että tämän kaltaista koulutusta kannattaa jatkossakin toteuttaa, ellei jopa enenevissä määrin. Mielenterveyden haasteet moninaistuvat tulevaisuuden tietoyhteiskunnassamme. Nykytiedon mukaan mielenterveyden ongelmia voidaan ehkäistä oikeilla toimilla: mielenterveystaitojen opetus toimii yhtenä vastalääkkeenä mielenterveyden ongelmiin. (Suomen Mielenterveysseura. Yhteiskunta. Vaikuttaminen. Hallitusohjelma tavoitteet 2015-2019. Mielenterveyttä rakennetaan oikealla politiikalla.) Tuloksia voidaan hyödyntää ja soveltaa kehittämällä koulutuksia, seurantakyselyjä ja menetelmiä tutkimustulosten pohjalta. Opinnäytetyön viimeisessä luvussa esittelen tutkimukseen liittyvät kehitysehdotukset.

## 8.1 Seurakunnan tulosten johtopäätökset, pohdinta ja arviointi

Työn tavoite oli tarkastella Lapsen mieli -hanketta diakonian näkökulmasta. Toteutin kyselyn seurakunnan varhaiskasvatuksen kahdelle varhaiskasvattajalle ja yhdelle johtajalle, jotka olivat osallistuneet Lapsen mieli -koulutukseen. Kyselyyn vastasi myös Kirkkohallituksen asiantuntija, mutta hän ei ollut käynyt koulutusta. Tavoitteena oli selvittää miten mielenterveyden edistäminen näyttäytyy kirkon varhaiskasvatuksessa ja tulisiko kirkon ottaa mielenterveyden edistäminen varhaiskasvatussuunnitelmaansa omaksi painotusalueekseen? Johtopäätös oli, että yhtäältä mielenterveyden edistäminen ei näyttäydy selkeästi tällä hetkellä omana painotusalueenaan kirkon varhaiskasvatuksessa, mutta toisaalta aihealue nähtiin tärkeäksi, kristilliseen kasvatukseen sopivaksi ja se haluttaisiin olevan tulevaisuudessa osa kirkon omaa varhaiskasvatustyötä.

Tutkimuksen validiteettia on kyseenalaistettu lävitse kyselyn: Onko tutkimus tehty oikein (KvaliMOTV 3.3.1 Validiteetti)? Tutkimuskysymykset laadin kyselyyn käyttäen pohjana tietoa, joka perustui Wepropol -aineistojen kysymyksiin ja Suomen Mielenterveysseuran kanssa käytyihin keskusteluihin. Eettiset kysymykset on otettu kyselyssä ja raportin valmistuksessa huomioon lävitse koko prosessin (KvaliMOTV. 3.1 Eettiset kysymykset). Hyviä tutkimuskäytäntöjä noudatin ja arvioin kyselytutkimuksen prosessissa, esimerkiksi toimittamalla haastateltaville kyselyn ohessa ohjeistuksen, jossa kerrottiin muun muassa kyselyn luottamuksellisuudesta ja anonyymiydestä (KvaliMOTV. 3.1.2. Hyvä Tutkimuskäytäntö.)

Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää ja soveltaa kirkon hallinnossa varhaiskasvatuksen kehitystyön yhteydessä, koska ne antavat osaltaan tietoa mielenterveyden edistämisen sopivuudesta ja tarpeellisuudesta kirkon varhaiskasvatuksen kontekstissa. Kirkko ei ole erillinen saareke yhteiskunnassamme ja tästä syystä lapsiperheiden monenlaiset haasteet ja ylisukupolviset kehityskulut koskettavat myös kirkon tuottaman varhaiskasvatuksen arkea. Tuloksia voidaan soveltaa kehitystyössä kirkon hallinnossa, seurakunnissa, päivä- ja iltapäiväkerhoissa sekä esimerkiksi perhetyössä. Kirkon tuottama palvelu on julkisen palvelun lisäksi arvokasta ja tarpeellista. Tästä syystä toimintoja voitaisiin kehittää edelleen niin, että ne vastaisivat oikea-aikaisesti ja ennaltaehkäisevästi yhteiskunnassamme vallitseviin haasteisiin varhaiskasvatuksen kontekstissa. Kehitysehdotuksia käsitellään viimeisessä luvussa.

## 8.2 Henkilökohtainen ammatillinen kehitys

Sosionomin ammatillisuuden kannalta mielenterveyden edistäminen on tärkeä ja ajankohtainen aihealue. Se on sovellettavissa kaikkien asiakas- ja ikäryhmien kanssa työskennellessä. Kannatan positiiviseen psykologiaan ja pedagogiikkaan suuntautuvaa työtapaa. Lapsen mieli -koulutus antoi tietotaidoilleni tutkitusta tiedosta vahvistusta. Koulutuksessa näin ammattilaisten puheessa ja käytöksessä positiivisen muutoksen. Analyysia tehdessäni ymmärsin, kuinka ammattilaisen oma ajatusmaailma muuttui negatiivisesta (en voi asialle mitään) kohti positiivista ajattelutapaa (ratkaisukeskeinen työote). Ammattilaisen oma vastuu suhteessa omaan ajatteluun ja toimintaan tuo uusia työkaluja tilanteessa, jossa resurssit ja haasteet pysyvät samoina. Sosiaali- ja terveystieteiden alalta puuttuu jatkossakin resursseja. Toisaalta myös asiakkaiden haasteet ja toimintaympäristöt ovat entistäkin monimutkaisempia. Tästä syystä sosiaalialan ammattilaisena omat arvoni, asenteeni sekä mielenterveyden suojaus- ja työkalut auttavat minua haasteellisissa työtehtävissä pääsemään hyvään lopputulokseen oman- (työssä jaksaminen ja laadukas työtapo), organisaation- (tyytyväiset asiakkaat ja työntekijät), asiakkaan- (oikea-aikainen ja yksilöllinen palvelu) ja yhteiskunnan (työikäiset työssä) kannalta. Uskon, että ratkaisukeskeinen työtapo ja positiivinen suhtautuminen työhön, kollegoihin ja asiakkaisiin luo onnistuneempia asiakassuhteita ja pidempiä työuria.

Lapsen mieli -hankkeen osalta ammatillisuuteni on kehittynyt opinnäytetyön prosessin yhteydessä ja olen saanut uutta tietoa mielenterveyden edistämisestä, etenkin varhaiskasvatuksen kontekstissa. Lapsen mieli -hankkeen syventävässä koulutuksessa opetettiin ajankohtaista ja tutkittua tietoa mielenterveydestä, ja menetelmiä siitä, miten mielenterveyttä voidaan edistää varhaiskasvatuksen arjessa. Huomasin, että vaikkakin koulutus liittyi pääasiassa lasten mielenterveyden edistämisen keinoihin, raportoivat varhaiskasvattajat myös oman mielenterveytensä kohentuneen. Koulutuksella on siis laajempaa merkitystä sen käyneille henkilöille. Koulutuksessa oma ammatillinen osaaminen kehittyi, mutta sen sivutuotteena on mahdollista saada myös mielenterveyden menetelmiä ja työkaluja omaan käyttöön, joiden avulla on mahdollista edistää omaa henkistä pääomaa. Osallistuin Lapsen mieli -hankkeen koulutuksiin, jotka nekin vaikuttivat suuresti tietooni mielenterveydestä. Näin miten konkreettisella tasolla laadukas koulutus vaikuttaa oman alansa ammattilaisiin. Silminnähdessä asenteet muuttuivat ja innostus paistoi ihmisten kasvoilta. Kasvatusalan ammattilaisilla oli kova halu päästä kokeilemaan opittuja menetelmiä lapsiryhmien kanssa omiin toimipisteisiinsä.

Koulutuksessa ohjattiin myös Hetki hyvälle mielelle -pelin käyttöä. Peli on tarkoitettu työyhteisöjen kehittämiseen ja monet ammattilaisista kokivat sen tarpeelliseksi omassa työpisteessään. Itse pidän tärkeänä työyhteisöjen jatkuvaa kouluttautumista ja työilmapiirin kohentamista. Tällaisille menetelmille ja työkaluille on varmasti käyttöä kaikissa varhaiskasvatus yksiköissä koko Suomen alueella.

Diakonian viranhaltijan ydinosaaminen liittyy sosiaalialan kompetensseihin, mutta oman lisänsä ammattiin tuo hengellisen työn osaaminen sekä kirkon työympäristö. Diakonin työ on laaja-alaista ja keskeistä ovat ihmiset ja yhteisöt, joista muodostuvat kumppanit, voimavarat ja asiakkaat. Ihmistyön keskiössä ovat mielestäni toisten ja omien voimavarojen tunnistaminen ja vahvistaminen. Tämän opinnäytetyön prosessin aikana olen kokenut, että olen saanut uutta osaamista ja varmuutta asiakastyössä käytettäviin menetelmiin. Mielenterveyden tukeminen on osa kokonaisterveyttä ja asiakastyön keskiössä onkin tämän asian ymmärtäminen. Ammatillisuuteni kehittyi etenkin kirkon varhaiskasvatuksen kontekstissa. Opin ymmärtämään kirkon tuottamaa varhaiskasvatusta laajasti ja tutustuin kirkon moninaiseen organisaatiokaavioon ja siihen, minkälaiset tahot tuottavat tietoa sekä konkreettista asiakastyötä kirkon varhaiskasvatuksessa. Kirkon varhaiskasvatus on muutoksessa, kuten kirkon muutkin toiminnot. Kirkolla ei ole omaa valtakunnallista varhaiskasvatussuunnitelmaa, vaan käytössä on erilaisia apuvälineitä, joilla varhaiskasvatusta säädelään julkisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirjan (Vasu 2016) lisäksi. Opin, että kirkolla on paljon osaamista ja halua kehittää varhaiskasvatustaan. Toisaalta seurakuntien autonomisuus vaikuttaa siihen, millä tavalla seurakunnissa varhaiskasvatusta toteutetaan.

Opinnäytetyötä tehdessäni olen oppinut, kuinka tärkeässä roolissa mielenterveyden vaaliminen on kaiken inhimillisen toiminnan kannalta. Jos työskentelisin tulevaisuudessa opetuksen, kasvatuksen ja/tai koulutuksen parissa, tulisin varmasti yhdistämään itselleni tärkeitä asioita opetukseen kuten: luonto, liikunta, kestävä kehitys sekä mielenterveyden edistämisen menetelmiä ja tunnetaitotyöskentelyä. Koen, että mielenterveyden edistäminen ja siihen liittyvät teemat ovat niin tärkeitä, että toivoisin niiden läpileikkaavan kaikkea toimintaa yhteiskunnassamme. Ilman mielenterveyttä, ei ole terveyttä.

## 9 KEHITYSEHDOTUKSET

Ammattikorkeakoulun opinnäytetyön näkökulma on kehittävä. Jokaisesta prosessista voidaan oppia lisää ja kehittää työn metodeja edelleen. Opinnäytetyötä tehdessäni minulle heräsi useita ajatuksia siitä, miten Suomen Mielenterveysseura ja kirkon tuottama varhaiskasvatus voisivat kehittää toimintojaan asiakaskeskeisemmäksi. Esittelen tässä keskeisemmät ajatukseni, joita nousi esiin varhaiskasvattajien vastauksista ja opinnäytetyön kokonaisprosessista.

Suomen Mielenterveysseuran kyselylomakkeiden vastauksista kävi ilmi, että varhaiskasvattajat toivoivat lisää koulutusta. Se parantaisi edelleen mielenterveyden edistämisen menetelmien juurruttamista varhaiskasvatuksen arkityöskentelyyn. Koulutuspäivien keston tulisi lisätä vastaajien mielestä muutama tunti lisää, jotta tärkeitä ja hyväksi koettuja menetelmiä ehdittäisiin kokeilla syvällisemmin, ja että yleiselle keskustelulle olisi riittävästi aikaa. Koko Suomen osalta tulisi ehkä tarkastella Lapsen mieli -hankkeen syventävän koulutuksen kattavuutta. Tavoittaako tärkeä Lapsen mieli -koulutus kaikki Suomen maakunnat ja varhaiskasvatusyksiköt? Tulisiko koulutuskattavuutta tutkia? Voisiko niitä varhaiskasvatuksen yksiköitä kutsua henkilökohtaisesti koulutukseen, joiden alueilta koulutuskattavuus näyttäisi tutkimuksen mukaan uupuvan.

Kaikkiin yllämainittuihin seikkoihin: lisäkoulutuksen toive, lisääntynyt koulutukselle ja koulutuksen saavutettavuus ja kattavuus, voitaisiin vaikuttaa verkossa tuotetun lisäkoulutuksen ja materiaalien avulla. Voisiko Suomen Mielenterveysseura kehittää ja tuottaa esimerkiksi verkossa opetusmateriaaleja, joita toimitettaisiin kuntien varhaiskasvatusyksiköiden vastaaville johtajille ja esimiehille? Tällä tavoin uutta tietoa tärkeästä aihealueesta tulisi syventävän koulutuksen päätyttyäkin varhaiskasvatuksen ammattilaisten tietoon. Verkkokoulutusten avulla Lapsen mieli -koulutuksen menetelmiä voisi harjoitella varhaiskasvatusyksiköiden omissa sisäisissä koulutustilaisuuksissa. Tällä tavoin mielenterveyden edistämisen menetelmiä ja siihen liittyviä terveyshyötyjä voitaisiin juurruttaa laadukkaasti ja kustannustehokkaasti varhaiskasvatuksen toimipisteisiin ympäri Suomen.

Kyselylomakkeeseen vastattiin pääsääntöisesti hyvin. Webropol-aineistoa oli kuitenkin työlästä analysoida, koska se sisälsi paljon vapaata tekstiä. Tulevaisuudessa kyselylomaketta tulisi ehkä uudistaa ja kehittää. Vastajalähtöinen kyselylomake sisältää riittävän vähän kysymyksiä, jolloin sen täyttämiseen ei mene kohtuuttoman kauan työaika. Avoimia vastauksia tulisi olla vähän, koska niiden analysointi on myös työlästä. Palautelomakkeen jatkokehitystyössä voisi käyttää aiempaan kyselyyn vastanneita varhaiskasvatuksen ammattilaisia apuna. Tällä tavoin kehitysehdotuksia saataisiin suoraan käyttäjiltä itseltään, joka on asiakaslähtöisen kehittämisen yksi peruserä.

Osa koulutuksen menetelmistä vaikutti olleen vähemmällä käytöllä verrattaessa suosittuihin menetelmiin. Vähälle käytölle jääneiden menetelmien sisältöjä tulisi ehkä tarkastella uudelleen ja kehittää niitä niin, että ne kiinnostaisivat ja palvelisivat suurempaa käyttäjäkuntaa jatkossa paremmin. Kehitystyötä voisi tehdä niin, että prosessiin otettaisiin mukaan varhaiskasvattajat, jotka jo menetelmiä ja työkaluja käyttävät työssään. Toisaalta myös niiltä varhaiskasvattajilta voisi pyytää näkökulmia kehitystyöhön, jotka eivät ole kokeneet menetelmiä niin hyvin, että ne olisivat jääneet vakituisen työkäyttöön.

### 9.1 Seurakunnan kyselyaineistosta nousevat kehitysehdotukset

Kirkon varhaiskasvattajille teetetystä kyselylomakkeesta olisi voinut palautteiden mukaan tehdä lyhyemmän. Kyselylomakkeiden pituus ja ymmärrettävyys on tärkeässä roolissa, jos jatkossa tämän tyyppistä kyselyä lähdetään tekemään. Lapsen mieli -peruskoulutuksen materiaaleja vastaajat olivat käyttäneet vaihtelevasti. Peruskoulutuksen keston huomioiden (4 h) ei aineistoihin varhaiskasvattajat olleet ehkä ennättäneet tutustumaan niin laajasti, kuin mitä niiden sisäistäminen olisi vaatinut. Voisiko peruskoulutukseen lisätä työssäoppimisosuuden syventävän koulutuksen tavoin? Tällä tavalla peruskoulutuksen tiedot ja taidot sekä siihen liittyvät menetelmät juurtuisivat paremmin varhaiskasvatustyönsisäisiin.

Vastajista kaikki olivat sitä mieltä, että Lapsen mieli -koulutuksesta olisi hyötyä kaikille seurakuntien varhaiskasvattajille. Voisiko koulutuksen käyneiltä ammattilaisilta edellyttää oman seurakuntansa varhaiskasvatuksen henkilökunnan kouluttamista? Tällä tavoin tietoa ja taitoja voitaisiin jalkauttaa tehokkaammin eteenpäin seurakuntien

ammattilaisten käyttöön. Koulutustilaisuudessa voitaisiin myös harjoitella menetelmien käyttöä yhteisesti ammattilaisten kesken, jonka ansiosta menetelmiä olisi vaivattomampaa ottaa mukaan itse kasvatustyöhön lapsiryhmiin mukaan.

Kyselyyn vastaajat kaipaisivat lisää tutkittua ja ajankohtaista tietoa mielenterveyden edistämisestä ja toisaalta konkreettisia sekä lyhyitä ”täsmäisku” -tyyppisiä koulutuksia mielenterveyden edistämisen työkaluista. Voisiko tällaiseen tarpeeseen vastata video-koulutusmateriaali, joka olisi tehty Suomen Mielenterveysseuran toimesta yhteistyössä Kirkkohallituksen kasvatus ja perheasioiden yksikön kanssa? Tuloksissa ilmeni, että lasten kanssa työskentelevät kirkon varhaiskasvattajat olivat vähemmän tietoisia kirkon tuottamasta mielenterveyden edistämisestä varhaiskasvatuksessa, verrattessa vastauksia johtavien (johtaja ja asiantuntija) ammattilaisten vastauksiin. Koulutuksen avulla ja jalkauttamalla tietoa paremmin ”ruohonjuuritasolle” saataisiin kirkon varhaiskasvatuksen mielenterveyden edistämisen näkökulmia paremmin esiin myös niin, että ne jalkautuisivat ohjaajien tuottaman kasvatuksen kautta lapsien käyttöön.

Vastaajat kommentoivat, että koulutuksessa ei ollut tavoitteellisuutta. Tavoitteellisuus voisi olla yksi painopisteistä Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -koulutuksessa. Näin laadukkaasta koulutuksesta voitaisiin saada vieläkin tehokkaampi suhteessa koulutuksen käyneisiin varhaiskasvattajiin. Työssäoppimisjaksolla, jonka tulokset tulisi raportoida eteenpäin, voitaisiin saada juurrutettua mielenterveyttä edistäviä työkaluja varhaiskasvatuksen arkeen. Raportointi voitaisiin kohdentaa Suomen Mielenterveysseuralle ja/tai Kirkkohallituksen kasvatus ja perheasioiden yksikölle ja/tai seurakunnan johtavalle lapsityöstä vastaavalle esimiehelle. Kaikki yllämainitut tahot hyötyvät informaatiosta, joka liittyy kirkon varhaiskasvatuksessa olevien lasten mielenterveyden edistämisen toimiin ja havaittuihin vaikutuksiin.

Seurakuntien varhaiskasvattajat eivät ole Lapsen mieli -koulutuksen keskeistä asiakas-kuntaa vaan koulutuksiin osallistuu pääasiassa tällä hetkellä julkisen puolen varhaiskasvattajia. Lasten- ja perhepalveluiden muutosohjelmassa (LAPE) peräänkuulutetaan kaikkia lapsi- ja perhepalvelualan toimijoita mukaan yhteistyöhön, jolla turvataan nykyistä paremmin lasten, nuorten ja perheiden palveluita. Voisiko Kirkkohallituksen lapsi ja perheasioiden tiimi ja Suomen Mielenterveysseura ryhtyä yhteistyöhön? Jatkossa voisi olla myös tarpeellista tiedottaa Kirkkohallituksen kasvatuksen ja perheasioiden vastaaville esimiehille Lapsen mieli -koulutuksen ajankohdista, jotta ne voitaisiin lisätä kirkon varhaiskasvattajien koulutustarjontaan.

Mielenterveyden edistäminen, koulutuksen teemat sekä menetelmät koettiin yleisesti hyväksi seurakunnan varhaiskasvattajien mielestä. Tulokset antavat viitteitä siitä, että mielenterveyden edistäminen tulisi olla osa kirkon varhaiskasvatustyötä. Erityistä tukea tarvitsevien perheiden haasteet ovat usein moninaisia ja kirkon varhaiskasvatuksessa haasteet ovat tietenkin myös läsnä arjessa. Mielenterveyttä tukevilla tiedoilla ja työkaluilla voitaisiin tutkimusten mukaan ennaltaehkäistä ja hoitaa haasteita, jotka liittyvät mielenterveyteen. Yllämainittujen seikkojen valossa voisi olla asiakaslähtöistä ottaa mielenterveyden edistäminen osaksi kirkon tuottamaa varhaiskasvatustyötä selkeästi omana painotusalueenaan.

Kirkolla työskentelee runsaasti varhaiskasvatuksen- ja nuorisotyön ammattilaisia. Kirkolla on myös käytössään asiakirjoja, joilla pyritään vaikuttamaan siihen, että kirkon seurakunnat tuottaisivat laadukasta varhaiskasvatusta. Opinnäytetyötä tehdessäni huomasin kuitenkin, että työkaluja on paljon, mutta tiedot ovat hajallaan monissa määräävissä strategioissa, työkalupakeissa, julkaisuissa ja asiakirjoissa. Seurakunnat valitsevat oman painotuksensa varhaiskasvatukseensa. Yhtenäisesti määräävä asiakirja on valtakunnallinen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirja (Vasu 2016). Voisiko kirkko teettää tulevaisuudessa kirkon oman varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirjan? Tämä kirkon oma Vasu -asiakirja voisi toimia valtakunnallisen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirjan (Vasu 2016) alla kirkon seurakuntien varhaiskasvatusta ohjaavana asiakirjana. Kirkon Vasu -asiakirjaan voitaisiin kerätä kaikki ajankohtainen varhaiskasvatusta koskeva tarpeellinen tieto kirkon muista strategioista, työkalupakeista, julkaisuista ja asiakirjoista. Tässä uudessa Kirkon Vasu -asiakirjassa voisi olla kaikki kirkon kasvatuksen tieto yksissä kansissa. Tämä voisi luoda kirkon tuottamaan varhaiskasvatukseen laadukkaamman ja tasa-arvoisemman suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin kaikkiin Suomen seurakuntiin. Uudessa ylläältä määräävässä asiakirjassa, Kirkon Vasu -asiakirjassa voisi yksi painotusalue olla mielenterveyden edistäminen kirkon varhaiskasvatuksen kontekstissa. Sille olisi tämän opinnäytetyön tutkimuksen mukaan tarvetta.

## LÄHTEET

- Broberg, A. Almqvist, K. & Tjus, T. (2005). Kliininen lapsipsykologia. Edita: Helsinki.
- Diakoniaplus. Lapsivaikutusten arviointi – tekoja lasten ja nuorten parhaaksi. Saatavilla 19.11.2018 <https://www.diakoniaplus.fi/lapsivaikutusten-arviointi-tekoja-lasten-ja-nuorten-parhaaksi/>
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Finlex. Kirkkojärjestys. Saatavilla 7.9.2018 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1993/19931055#L23P3>
- Friis, L., Eirola, R. & Mannonen, M. (2004). Lasten ja nuorten mielenterveystyö. WSOY: Vantaa
- Gothóni, R., Helosvuori, R., Kuusimäki, K., & Puuska, K. (2012). Kantakaa toisenne kuormia. Diakoniatyön perusteet ja käytäntö. Kirjapaja: Helsinki.
- KvaliMOTV 3.3.1 Validiteetti. Saatavilla 19.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_3\\_1.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_1.html)
- KvaliMOTV. 1.2 Mitä laadullinen tutkimus on: lyhyt oppimäärä. 1.2. 1. Kvalitatiivinen laadullinen tutkimus. Saatavilla 28.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L1\\_2.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L1_2.html)
- KvaliMOTV. 3.1 Eettiset kysymykset. Saatavilla 19.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_1.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_1.html)
- KvaliMOTV. 3.1.2 Hyvä Tutkimuskäytäntö. Saatavilla 19.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_1\\_2.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_1_2.html)
- KvaliMOTV. 6.3.3 Strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu. Saatavilla 19.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_3.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html)
- KvaliMOTV. 6.3.3. Strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu. Saatavilla 30.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_3.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html)
- KvaliMOTV. 7.2.2 Koodaus. Saatavilla 19.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_2\\_2.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_2_2.html)
- KvaliMOTV. Aineisto- ja teorialähteisyys. Saatavilla 30.11.2018 [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2\\_3\\_2\\_3.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html)
- L 1116/1990. Mielenterveyslaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/smur/1990/19901116>

- L 1326/2010. Terveydenhuoltolaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/smur/2010/20101326>
- L 60/1991. Yleissopimus lapsen oikeuksista. Saatavilla 16.3.2019 [https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060/19910060\\_2](https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060/19910060_2)
- Laajasalo, T. & Pirkola, S. (2012). Ennen kuin on liian myöhäistä: Ehkäisevän mielenterveystyön toimivia käytäntöjä palvelujärjestelmän kehittäjille. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Mälkiä, E., Puolanne, M. & Palosuo, M. (1991). Erityisliikunta 1: Soveltavan liikunnan perusteet. Helsinki: Valmennuskolmio
- Moilanen, I., Räsänen, E., Tamminen, T., Almqvist, F., Piha, J. & Kumpulainen, K. toim. (2004). Lasten- ja nuorisopsykiatria. Duodecim: Helsinki.
- Nurmi, T. (2004). Suuri suomen kielen sanakirja. Gummerus: Helsinki.
- Ojell, R. (2013). Varhaiskasvatus seurakunnassa. Teoksessa Saarinen, S. (toim.), Tää olis keskellä: lapsi seurakunnan varhaiskasvatuksessa. Kirjapaja: Helsinki.
- Promoting mental health. World Health Organization. Geneva. (2004). Saatavilla 19.11.2018 <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42940/9241591595.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Saarinen, S. (toim.) (2013). Tää olis keskellä. Lapsi seurakunnan varhaiskasvatuksessa. Lasten keskus ja Kirjapaja Oy: Helsinki.
- Sajaniemi, N. & Mäkelä, J. (2014). Ihminen voi hyvin joukossa. Teoksessa Positiivisen psykologian voima. Juva: Bookwell.
- Sakasti. Seurakuntatyö. Kasvatus. Varhaiskasvatus. Lapset seurakuntalaisina -kehittämisasiakirja. Saatavilla 16.3.2019 <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content449514>
- Sakasti. Seurakuntatyö. Kasvatus. Varhaiskasvatus. Yhteydet yhteiskunnan varhaiskasvatukseen. Kumppanuuden korit ja Vasu2017. Saatavilla 19.11.2018 <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content3B945A>
- Sakasti. Seurakuntatyö. Kasvatus. Varhaiskasvatus. Yhteydet yhteiskunnan varhaiskasvatukseen. Vasu2017. Saatavilla 16.3.2019 <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content376618>
- Sakasti. Uudistukset ja hankkeet. Lapsivaikutusten arviointi LAVA. Saatavilla 16.3.2019 <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content46688F>

Sakasti. Varhaiskasvatus. Vasu2017. Vasu kirkossa -esite. Saatavilla 30.10.2018.

[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/4AC7535634F8AF95C225770C0042B280/\\$FILE/VASU\\_esite\\_suomi.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/4AC7535634F8AF95C225770C0042B280/$FILE/VASU_esite_suomi.pdf)

Sitra. Kannattaako vaikuttavuutta yrittää mitata? Saatavilla 27.11.2018

<https://www.sitra.fi/artikkelit/kannattaako-vaikuttavuutta-yrittää-mitata/>

Sohlman, B. (2004). Funktionaalinen mielenterveyden malli positiivisen mielenterveyden kuvaajana. Helsinki: Stakes. (Väitöskirja, Helsingin yliopisto)

Suomen Mielenterveysseura. Ajassa. Uusi varhaiskasvatussuunnitelma vahvistaa mielenterveyttä. Saatavilla 19.11.2018 <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/uusi-varhaiskasvatussuunnitelma-vahvistaa-mielenterveyttä>

Suomen Mielenterveysseura. Lapsen mieli - Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. Saatavilla 19.11.2018 <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/kirjat/lapsen-mieli-mielenterveystaitoja-varhaiskasvatukseen-ja-neuvolaan>

Suomen Mielenterveysseura. Materiaalit. Pelit ja tehtävät. Saatavilla 14.11.2018

[https://www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit/pelit-ja-tehtävät](https://www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit/pelit-ja-tehtavat)

Suomen Mielenterveysseura. Yhteiskunta. Vaikuttaminen. Hallitusohjelma tavoitteet 2015-2019. Mielenterveyttä rakennetaan oikealla politiikalla. Saatavilla 4.1.2019 <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/yhteiskunta/vaikuttaminen/hallitusohjelmatavoitteet-2015-2019-mielenterveyttä-rakennetaan-oikealla>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Aiheet. Mielenterveys. Mielenterveyden edistäminen. Positiivinen mielenterveys. Saatavilla 16.3.2019

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/positiivinen-mielenterveys>

The World Happiness Report. 2018. Saatavilla 19.11.2018 [https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2018/WHR\\_web.pdf](https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2018/WHR_web.pdf)

[aws.com/happiness-report/2018/WHR\\_web.pdf](https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2018/WHR_web.pdf)

Toivio, T. & Nordling, E. (2011). Mielenterveyden psykologia. Edita: Helsinki.

Unicef. Yleissopimus lasten oikeuksista. Saatavilla 19.11.2018 <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016. Opetushallitus. Saatavilla 27.9.2018.

[http://www.oph.fi/download/179349\\_varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2016.pdf](http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf)

## LIITE 1.

## OPH syventävä kysely 2017-2018

1. Mihin Lapsen mieli -syventävään koulutukseen osallistuit?  
Helsinki  
Tampere
2. Missä maakunnassa työpaikkasi sijaitsee?  
Ahvenanmaa  
Etelä-Karjala  
Etelä-Pohjanmaa  
Etelä-Savo  
Kainuu  
Kanta-Häme  
Keski-Pohjanmaa  
Keski-Suomi  
Kymenlaakso  
Lappi  
Pirkanmaa  
Pohjanmaa  
Pohjois-Karjala  
Pohjois-Pohjanmaa  
Pohjois-Savo  
Päijät-Häme  
Satakunta  
Uusimaa  
Varsinais-Suomi
3. Mikä on äidinkielesi?  
Suomi  
Ruotsi  
Saame  
Muu, mikä?
4. Sukupuolesi?  
Mies  
Nainen  
Muu  
En halua kertoa
5. Missä ensisijaisesti työskentelet? Valitse vain yksi!  
Varhaiskasvatus  
Esiopetus  
Perusopetus  
Lukio  
Ammatillinen peruskoulutus  
Ammatillinen aikuiskoulutus  
Vapaa sivistystyö  
Muu, mikä?

6. Kuinka pitkä kokemus sinulla on alasi tehtävistä?  
 0-3 vuotta  
 4-10 vuotta  
 11-20 vuotta  
 21-30 vuotta  
 Yli 30 vuotta
7. Missä tehtävissä työskentelet ensisijaisesti? valitse vain yksi!  
 Hallinto  
 Suunnittelu  
 Opetus  
 Ohjaus  
 Tukipalvelut  
 Muu, mikä?
8. Minkä ikäinen olet?  
 Alle 20 -vuotias  
 20-29 -vuotias  
 30-39 -vuotias  
 40-49 -vuotias  
 50-59 -vuotias  
 Yli 60 -vuotias
9. Kuinka usein käytät seuraavia Mielenterveysseuran tuottamia aineistoja omassa työssäsi?
- Vastausvaihtoehdot:  
 En koskaan  
 Olen kokeillut kerran  
 Noin kerran kuukaudessa  
 Noin kerran viikossa  
 Lähes päivittäin
- Lapsen mieli -kirjan leikit ja harjoitukset  
 Lapsen mieli -kirjan laulut ja lorut  
 Vanhempainiltamalli tai osia siitä  
 Kaveritaitokortit  
 Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineisto  
 Vennyn ja Eeron ihania kuvia -kortit  
 Julisteet  
 Muu, mikä?
10. Pyydämme vastaamaan seuraaviin väittämiin asteikolla 1-5, jossa arvosana 1 vastaa täysin eri mieltä olevaa mielipidettä ja arvosana 5 täysin samaa mieltä olevaa mielipidettä. Laita rasti mielipidettäsi vastaavaan ruutuun.
- Vastausvaihtoehdot:  
 Täysin eri mieltä (1)  
 Eri mieltä (2)  
 Jokseenkin samaa mieltä (3)  
 Samaa mieltä (4)  
 Täysin samaa mieltä (5)

Koulutuksen sisällöt olivat tärkeitä oman työn kannalta.  
Koulutus antoi välineitä työyhteisön kehittämiseen.  
Koulutuksen sisällöt vastasivat tavoitteita.  
Koulutus toteutettiin vuorovaikutteisesti ja osallistavasti.  
Koulutus innosti uudistamaan omaa tapaa työskennellä.  
Kouluttajat olivat ammattitaitoisia.  
Koulutuksen toteuttamistapa (esim. monimuoto-opetus) edesauttoi osallistumista.  
Ymmärryksen mielen terveyden edistämisen tutkimuksesta ja teoriasta syveni.  
Sain välineitä mielen ja kehon rauhoittamiseen varhaiskasvatuksen arjessa.  
Hetki hyvälle mielelle -peli on mielestäni toimiva tapa nostaa mielen terveyden edistämisen teemoja ja käytäntöjä esille työyhteisössä.

11. Miten kehittäisit Hetki hyvälle mielelle -peliä?
12. Koulutukseen kuuluu työssäoppimisosuus (5x45 min.), jossa mielen terveyden edistämisen käytäntöjä juurrutetaan omaan työhön ja työyhteisöön. Nimeä toimintatavat, joita aiot viedä koulutuksesta työhösi (esimerkiksi Hetki hyvälle mielelle -peli, arvotyöskentely tai tietoisuusharjoitukset)!
13. Minkä kokonaisarvosanan annat koulutukselle asteikolla 1-5?
  - 1 (välttävä)
  - 2 (kohtalainen)
  - 3 (tyytyttävä)
  - 4 (hyvä)
  - 5 (erinomainen)
14. Muuta palautetta koulutuksesta, esimerkiksi arvotyöskentelyn tai tietoisuusharjoitusten herättämistä ajatuksista. sana on vapaa!

## LIITE 2.

## OPH LM syventävä seurantakysely

1. Mihin lapsen mieli -syventävään koulutukseen osallistuit?  
25.10.17 Helsinki  
19.3.18 Tampere
2. Missä tehtävissä työskentelet ensisijaisesti? valitse vain yksi!  
Lastenhoitaja  
lastentarhanopettaja  
Erityislastentarhanopettaja  
Suomi toisena kielenä -opettaja  
Perhepäivähoitaja  
Esimies/johtaja  
Muu, mikä?
3. Innostiko Lapsen mieli -syventävä koulutus sinua tarttumaan itsellesi uusiin Mielenterveysseuran aineistoihin?  
Kyllä  
Ei
4. Jos innostuit syventävän koulutuksen myötä itsellesi uusien materiaalien käytöstä, niin mitä ne ovat?  
Hetki hyvälle mielelle -peli  
Taran tarina -animaatio  
Mielenterveysseuran verkkosivujen mindfulness -sisällöt  
Muut aineistot Mielenterveysseuran verkkosivuilta. Nimeä, mitkä!  
Barnets sinne -ruotsinkielinen lapsen mieli -materiaali  
Lapsen mieli -kirjan leikit ja harjoitukset  
lapsen mieli -kirjan laulut ja lorut  
Vanhempainiltamalli tai osia siitä  
Kaveritaitokortit  
Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineisto  
Vennyn ja Eeron ihania kuvia -kortit  
Julisteet  
Muuta kommentoitavaa
5. Vastaa tähän, jos et ole esimiesasemassa! Kuivaile, miten olet vienyt mielenterveyden edistämisen sisältöjä (5x45 min) omaan työyhteisöösi! Esimerkiksi materiaalin esittelyä työyhteisön kehittämispäivässä, mielen rauhoittamisen harjoitus aamupalaverissa tai aineiston käytön demoamista työkavereille lapsiryhmässä.
6. Vastaa tähän, jos olet esimiesasemassa! Kuvaile, miten olet vienyt mielenterveyden edistämisen sisältöjä (5x45 min) omaan työyhteisösi ja verkostoihisi! Esimerkiksi työn suunnitteluun, kehityskeskusteluihin, johtamiseen, alueelliseen varhaiskasvatuskeskusteluun, verkostoihin, oman tai työyhteisön työhyvinvoinnin lisäämiseen.

7. Mitä haasteita ja esteitä lapsen mielenterveyden edistämiseksi on oman arkesi ja työsi näkökulmasta? Millaisia ratkaisukeinoja näille haasteille näet?
8. Ole hyvä ja täytä yhteystietosi!

## LIITE 3.

Anne Risku C34803

KYSELY

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak, Helsinki

Lapsen Mieli -hanke, opinnäytetyö

Seurakunta kysely

18.3.2019

## KYSELY

## JOHDANTO

Teemme opinnäytetyön Suomen Mielenterveysseuralle Lapsen Mieli -hankkeeseen, jossa koulutetaan varhaiskasvatuksen ammattilaisia opettamaan mielenterveystaitoja lapsille. Analysoimme syventävän koulutuksen palauteaineiston ja lisäksi haastatelimme kirkon henkilöstöä Lapsen Mieli -koulutuksen vaikutuksista.

Kirkollisen näkökulman selvitämme haastatteleamalla kirjallisesti word -asiakirjalla Lapsen Mieli -koulutukseen osallistuneita kirkon työntekijöitä. Pyrimme selvittämään mitä hyötyä kyseisestä koulutuksesta on ollut seurakunnan työntekijöille, seurakunnan yhteistyötahoille ja/tai varhaiskasvatuksessa oleville lapsille, miten Lapsen Mieli -hanke oppeja on juurrutettu seurakunnan työhön sekä miten ja mitä oppeja koulutuksesta voisi mallentaa koko Suomen seurakuntiin ja miten se tehtäisiin? Selvitämme myös, tulisiko Vasu kirkossa -työkalupakkiin tai muihin kirkon omiin varhaiskasvatussuunnitelmiin ottaa omaksi painotusalueekseen mielenterveyden tukeminen kirkon varhaiskasvatuksen kontekstissa? Haastattelut kootaan yhdeksi aineistoksi, joka analysoidaan teemoittelun avulla. Opinnäytetyössä esitämme Lapsen Mieli -koulutuksen vaikutuksia kirkon työntekijöiden näkökulmasta käsin.

## KYSELY

### Ohjeistus

Haastatteluun vastataan word -asiakirjalla, jonka vastaajat saavat omaan sähköpostiinsa liitteenä toimitettuna. Avaa word -haastattelu asiakirja ja lue ensin kysymykset kertaalleen lävitse. Tämän jälkeen vastaa kysymyksiin omilla sanoillasi ja kokonaisilla lauseilla. Pyri perustelemaan vastauksesi ja välttämään kyllä/ei -vastauksia. Jos jokin kysymys jää epäselväksi, voimme palata siihen vielä myöhemmin puhelimitse ja tehdä täydennyksen tällöin. Jos johonkin kysymykseen ei löydy vastausta, voi riville merkitä viivan. Lopuksi tallenna täydennetty kirjallinen haastattelu -asiakirja ja lähetä se sähköpostiini [anne.risku@student.diak.fi](mailto:anne.risku@student.diak.fi). Kiitos paljon jo etukäteen vastauksistanne. Toivomme haastatteluun vastaamista ja liitteen palautusta sähköpostitse 12.10.2018 mennessä.

### Kysymykset

1. Kerro kuka olet (etunimi, sukunimi, asuinpaikka. HUOM: Haastatteluun vastanneiden nimiä ei julkisteta opinnäytetyön analyysissä)?
2. Missä työskentelet (organisaatio, toimipiste, vastuualue, työnimike)?
3. Kuinka kauan olet työskennellyt toimessasi?
4. Onko seurakunnassasi päätetty painottaa jotain tiettyjä painopisteitä valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2016) ja Vasu kirkossa -työkalupakin tai jonkun muun kirkon oman varhaiskasvatussuunnitelman ja/tai ohjeistuksen lisäksi. Jos niin mitä, miksi ja miten painotukset näkyvät arjen työssä?
5. Mitä työkaluja ja/tai toimintamalleja ja/tai materiaaleja  
(Lapsen Mieli -kirjan leikit ja harjoitukset, Lapsen Mieli -kirjan laulut ja lorut, Kaveritaitokortit, Taran Tarina -animaatio, Vennyn ja Eeron ihania kuvia -

taidekortit, Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineisto, Julisteet (Hyvinvoinnin hyrrä, Mielenterveyden käsi, Tunteiden maailmanpyörä, Selviytyjän purjeet, Turvalliset aikuiset, Yhdessäoloa)) sait ensimmäisestä koulutuksesta, joita edelleen:

- a. käytät omassa työssäsi, miten?
- b. käytetään työtiimissäsi/toimipisteessäsi, miten?
- c. käytetään seurakunnassasi, miten?
- d. käytetään muissa seurakunnissa (jos tiedossa), miten?

6. Vastaa tähän VAIN, jos osallistuit Lapsen Mieli -syventävään koulutukseen. Nimeä mitä työkaluja ja/tai toimintamalleja ja/tai materiaaleja (Lapsen Mieli -kirjan leikit ja harjoitukset, Lapsen Mieli -kirjan laulut ja lorut, Kaveritaitokortit, Taran tarina -animaatio, Vennyn ja Eeron ihania kuvia -taidekortit, Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineisto, Julisteet (Hyvinvoinnin hyrrä, Mielenterveyden käsi, Tunteiden maailmanpyörä, Selviytyjän purjeet, Turvalliset aikuiset, Yhdessäoloa), Hetki hyvälle mielelle -peli) sait syventävästä koulutuksesta, joita edelleen:

- a. käytät omassa työssäsi, miten?
- b. käytetään työtiimissäsi/toimipisteessäsi, miten?
- c. käytetään seurakunnassasi, miten?
- d. käytetään muissa seurakunnissa (jos tiedossa), miten?

7. Toiko Lapsen Mieli -koulutus työkaluja seurakunnan henkilöstön koulutukseen, kuten esimerkiksi työntekijöiden palautekeskusteluihin tai tiimikokouksiin, jos niin mitä, miten ja millaisissa tilanteissa niitä käytetään?

8. Kerro, onko mielestäsi kirkko ottanut huomioon aiempina vuosina lapsityönsään (tai muissa asiakasryhmissä) mielenterveyden tukemisen ja tunnetaitotyöskentelyn, jos niin millä tavalla?

9. Onko koulutusten jälkeen tapahtunut muutosta seurakunnassanne varhaiskasvatustyössä, esimerkiksi näkykö mielenterveystaitojen edistäminen lasten kasvatustyössä enemmän, jos niin miten ja missä (oma tiimi, oma seurakunta, Suomen seurakunnat yleensä)?

10. Pitäisikö mielenterveyden edistäminen lisätä osaksi kirkon varhaiskasvatussuunnitelmaa erillisenä omana painotuksena, jos niin miksi?
11. Miten ja millaisilla työkaluilla kirkko voisi ottaa koko Suomen seurakunnissa mielenterveyden edistämistyön kasvatustyössään huomioon?
12. Miten mielestäsi hengellinen kasvatustyö ja mielenterveystaitojen opettaminen sopivat yhteen?
13. Millä tavalla seurakunnan varhaiskasvatus ja toiminta lasten kanssa tukevat mielestäsi lasten mielenterveyttä?
14. Millä tavalla Lapsen Mieli -hankkeen menetelmät, materiaalit ja/tai työkalut ovat vaikuttaneet lapsiin, nuoriin, perheisiin ja henkilökuntaan?
15. Millaista koulutusta toivot lisää Lapsen Mieli -hankkeen tiimoilta, oletko kiinnostunut esimerkiksi Lapsen Mieli -syventävästä koulutuksesta tai jostakin muusta hankkeeseen liittyvästä koulutuksesta?
16. Olisiko mielestäsi kaikkien Suomen seurakuntien työntekijöille hyötyä osallistua Lapsen Mieli -hankkeen koulutukseen siinä määrin, että niihin kannattaisi resursoida aikaa (koulutus on ilmainen)?
17. Oletteko luoneet tavoitteita tai arvioineet Lapsen Mieli -koulutuksen vaikutuksia työssänne ja/tai työyhteisössänne?
18. Avoin palaute: kerro vapaasti omin sanoin ajatuksiasi Lapsen Mieli -hankkeesta, koulutuksesta ja materiaaleista (Lapsen Mieli -kirjan leikit ja harjoitukset, Lapsen Mieli -kirjan laulut ja lorut, Kaveritaitokortit, Taran Tarina -animaatio, Vennyn ja Eeron ihania kuvia -taidekortit, Eläinlasten elämää -pöytäteatteriaineisto, Julisteet (Hyvinvoinnin hyrrä, Mielenterveyden käsi, Tunteiden maailmanpyörä, Selviytyjän purjeet, Turvalliset aikuiset, Yhdessäoloa))?
19. Avoin palaute: kerro vapaasti omin sanoin ajatuksiasi mielenterveyden edistämisestä varhaiskasvatuksen ja kirkon kontekstissa